ரமழானில் ஒரு நாள்

MBM. இஸ்மாயில் (ஸலாமி)
B.A. Hons (Madeena) M.A. (Cey)
Dip. in psycho Social intervention(ippsw-s)

ரமழானில் ஒரு நாள்.

M.B.M. **இஸ்மாயில் (ஸலாமி)** B.A. Hons. (madeena),
M.A. (Cey), Dip.in.psycho social intervention (ippsw-s)

வெளியீடு:
அஸ்ஸலாம் கலை கலாசாரப் பேரவை,
தியாவட்டுவான், வாழைச்சேனை, இலங்கை.

இலவச வெளியீடு.

புத்தக விபரம்...

பெயர்: ரமழானில் ஒரு நாள்.// **ஆசிரியர்:** M.B.M.இஸ்மாயில் (மதனி) // **மொழி:** தமிழ் // **முதல் பதிப்பு:** 2021.ஏப்ரல் // **பதிப்புரிமை:** ஆசிரியருக்கு // **பிரதிகள்:** 2000 // **பக்கங்கள்:** 73 // **வெளியீடு:** அஸ்ஸலாம் கலை கலாசாரப் பேரவை//

பொருளடக்கம்:

அணிந்துரை.>> 05
முன்னுரை. >> 06
ரமழானின் சிறப்புக்கள். >> 09
நோன்பின் சிறப்புக்கள். >> 09
நிய்யத்து வைத்தல். >> 11
தஹஜ்ஜுத் நேரத்தில் விழித்தெழுதல். >>12
மல ஜலம் கழித்தல். >> 12
வுழு செய்தல். >> 14
தொழும் முறை. >> 16
ஸஹர் செய்தல். >> 28
உண்ணும் போதும் பருகும் போதும். >> 28
ஆடை அணியும்போது. >> 30
ஸுபஹ் தொழுகையை நிறைவேற்றுதல். >> 31
நோன்பை முறிக்கும் காரியங்களிலிருந்து தவிர்ந்திருத்தல். >> 32
இப்தார். >> 33
கியாமுல்லை அல்லது தராவீஹ் எனும் இரா வணக்கத்தில் ஈடுபடல். >> 35
தூக்கம். >> 36
ரமழானில் அதிகம் செய்ய வேண்டிய சில வணக்க வழிபாடுகள். >> 41
1.பர்ளுத் தொழுகைகளை முன்பின் ஸுன்னத்துக்களுடன் நேரத்திற்கு ஜமாஅத்தாக நிறைவேற்றல். >> 41
2. பிரார்த்தனை செய்தல். >> 42

3. காலை, மாலை திக்ருகளை ஓதுதல். >> 55
4. அல்குர்ஆன் ஓதுதல், தெரியாதவர்கள் கற்றுக் கொள்ளல். >> 62
5. தர்மம் செய்தல். >> 64
6. உறவுகளை சேர்ந்து வாழல். >> 65
7. நேர விரயத்தை தவிர்த்தல். >> 68
8. நல்ல விடயங்களை கற்றுக் கொடுத்தல். >> 68
9. சந்தர்ப்ப துஆக்களை ஓதுதல். >> 69
10. நோயாளிகளை தரிசித்தல், ஜனாஸாக்களில் கலந்து கொள்ளல். >> 70
11. தௌபா, இஸ்தி∴பாரில் ஈடுபடுதல். >> 72
12. ஏனைய நல்ல விடயங்களில் அதிகம் ஈடுபடுதல். >> 73

அணிந்துரை.

ரமலான் மாதம் அல்லாஹ்வின் அருள்நிறைந்த மாதமாகும். இம்மாதத்தை நாம் ஒவ்வொருவரும் பயன்படுத்த சந்தர்ப்பம் கிடைப்பது பெரும் பாக்கியமாகும். அந்த வகையில் ரமலான் மாதத்தின் ஒவ்வொரு தினத்தையும் எவ்வாறு பயன்படுத்த வேண்டும். எத்தகைய நற்காரியங்களில் ஈடுபடவேண்டும் என்ற சுருக்கமானதொரு வழிகாட்டலை இந்த சிறிய நூல் தருகின்றது. இந்த நூலை படித்து ரமலானை நல்ல முறையில் பயன்படுத்திக் கொள்வது அனைவருக்கும் பிரயோசண மிக்கதாய் அமையும்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் பெரும்பாலானோரின் நோன்பு காலங்கள் வெறும் பட்டினியோடு மட்டும் எந்தவித நல்லறங்களும் இல்லாமல் பயனற்ற பொழுது போக்குகளில் வீணாக கடந்து செல்வதை பெரும்பாலும் பார்க்கின்றோம். அவ்வாறான நிலையிலிருந்து விடுபட்டு ரமலான் மாதத்தை நல்ல முறையில் பயன்படுத்த விரும்பும் அனைவருக்கும் இச்சிறுநூல் சிறந்த வழிகாட்டியாக அமையும் என நம்புகிறேன்.

அந்த வகையிலே குறுகிய காலத்தில் இச்சிறு நூலை தொகுத்து வழங்கிய பன்னூலாசிரியர் இஸ்மாயில் மதனி அவர்களது இம்முயற்சியை வாழ்த்துவதோடு இத்தகைய அவரது பணிகள் தொடர பிரார்த்திக்கின்றேன். மட்டுமல்லாது தனது தாய் தந்தையின் பெயரில் சதக்கத்துன் ஜாரியாவாக இந்நூலை தனது செலவில் அச்சிட்டு இலவசமாக விநியோகிக்க முன்வந்த சகோதரர் நசீர் ஹாஜியார் அவர்களது இந்த முயற்சியை அல்லாஹ் ஏற்றுக்கொண்டு அனைவருக்கும் நற்கூலி வழங்க பிரார்த்திக்கின்றேன்.

A.L. பீர் முஹம்மத் (காசிமி) M.A.
கலாசார அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்,
பிரதேச செயலகம்,
கோ.ப.ம. வாழைச்சேனை.
12.04.2021

முன்னுரை.

அளவற்ற அருளாளன் நிகரற்ற அன்புடையோன் அல்லாஹ்வின் திருப்பெயரால்!... சாந்தியும் சமானதானமும் நபிகள் நாயகம் (ஸல்) அவர்கள் மீதும் அவர்களின் வாழ்க்கையைப் பின்பற்றி வாழ்ந்த ஸஹாபாக்கள் தாபிஈன், தபஉத் தாபிஈன்கள் அனைவர் மீதும் உண்டாவதாக.

இறுதி நபியாகிய முஹம்மத் (ஸல்) அவர்களது சமூகத்திற்கு அல்லாஹ் குறைவான ஆயுட் காலத்தை வழங்கியிருந்தபோதிலும் நீண்ட ஆயுள் கொடுக்கப்பட்ட சமூகங்களை விடவும் அதிகமான நன்மைகளைப் பெற்றுக் கொள்ளக் கூடிய பல வாய்ப்புக்களை அவர்களுக்கு அல்லாஹ் ஏற்படுத்தியுள்ளான்.

அந்த வகையில் ரமழான் அமல்களுக்கான பருவ காலமாகும். கணக்கிட முடியாத அளவு கூலிகளை அள்ளித் தரும் மாதமாகிய ரமழானை ஒருவர் முறையாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டால் தன் உள்ளத்தையும் உடல் உறுப்புக்களையும் பக்குவப்படுத்திக் கொள்வதோடு பாவ மன்னிப்பையும் நரக விடுதலையையும், இறை அருளையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

இந்த மாதத்தின் அனைத்து நாட்களையும் அருள் நிறைந்த நாட்களாக ஆக்கிக் கொள்வதற்கான சிற்றேடாகவே இது தொகுக்கப்பட்டுள்ளது. இந்நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள அனைத்தையும் என்னால் முடிந்தளவு அல்குர்ஆன் மற்றும் ஹதீஸ்களின் ஆதாரங்களின் அடிப்படையிலேயே எழுதியுள்ளேன். இந்நூல் சுருக்கமாகவும் அளவில்

சிறியதாகவும் வாசகர்கள் இலகுவில் பயனடையக் கூடியதாகவும் இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக. அவை ஒவ்வொன்றுக்குமான ஆதாரங்களைக் குறிப்பிடுவதைத் தவிர்த்துள்ளேன்.

மேலும் இந்நூலில் உள்ள துஆக்களை அரபு வாசிக்க தெரியாதவர்களும் பாடமிட்டுக்கொள்ள வேண்டும் என்பதற்காக அதை முடியுமான அளவு தமிழில் எழுதியுள்ளேன், ஆனாலும் சில அரபு எழுத்துக்களுக்கு பொருத்தமான தமிழ் எழுத்துக்கள் இல்லாதிருப்பதன் காரணமாக தமிழில் பாடமிடுபவர்கள் சில இடங்களில் உச்சரிப்பில் தவறு விடுவதற்கான வாய்ப்புக்கள் உள்ளது. அதனால், நீங்கள் அரபு வாசிக்க தெரியாதவராக இருப்பின் தெரிந்த ஒருவரிடம் வாசித்துக்காட்டி ஒரு சில எழுத்துக்களில் உள்ள உச்சரிப்பை சீர் செய்துகொள்ளுமாறு தயவாய் வேண்டுகின்றேன்.

ஹிஜ்ரா வித்தியாலய வீதி, ஓட்டமாவடி எனும் முகவரியில் இயங்கும் LUXURY LANKA CIVIL CONSTRUCTION WORKS உரிமையாளர் சகோதரர் M.I.M. நஸீர் ஹாஜியார் அவர்கள் பல மாதங்களாக தன் பெற்றோருக்கு நிரந்தரமாக நன்மை கிடைக்கும் விதமாக ஒரு நூலை வெளியிட வேண்டும் என்றும் அதற்குப் பொருத்தமான நூலைத் தொகுத்துத் தருமாறும் என்னிடம் வேண்டிக் கொண்டிருந்த போதிலும். இப்போதே அதை நிறைவு செய்வதற்கு அல்லாஹ் நாடியிருக்கின்றான். அல்ஹம்துலில்லாஹ்.

இந்நூலை வெளியிட உதவிய அச்சகோதரருக்கும் அன்னாரின் பெற்றோரான மர்ஹூம் ஹாமிது லெப்பை முஹம்மது இஸ்மாயில், முஹம்மது அலியார் ஸைதூன் பீவி அவர்களுக்கும் அல்லாஹ் அருள் செய்வானாக அவர்களின் மறுமை வாழ்க்கையை ஈடேற்றமானதாக ஆக்கி

வைப்பானாக. இந்நூலினால் கிடைக்கும் பயன்கள் அனைத்தையும் அவர்களுக்கு நஸீபாக்குவானாக. ஆமீன்.

இந்நூலினால் நீங்களும் பயன்பெற்று அடுத்தவர்களும் பன்பெற உதவிடுவீராக. இதில் ஏதாவது அல்குர்ஆன் ஸுன்னாவிற்கு முரணானதாக இருப்பின் அதை என் தவறாக நினைத்து விட்டு விடுவீர்களாக. அல்லாஹ் நம் அனைவரின் பணிகளையும் அங்கீகரித்து அருள் புரிவானாக!. ஆமீன்.

M.B.M. இஸ்மாயில் (மதனி)
அதிபர், தாருஸ்ஸலாம் அரபுக் கல்லூரி
தியாவட்டுவான், இலங்கை.
11.04.2021

ரமழானின் சிறப்புக்கள்:

இஸ்லாமிய மாதக் கணிப்பில் 9ஆவது மாதமாகிய ரமழான் மாதம் ஏனைய மாதங்களை விடவும் சிறப்புப் பொருந்திய மாதமாகும். உலகத்தார் அனைவருக்கும் அருட்கொடையாக இறக்கப்பட்ட அல்குர்ஆன் இம்மாதத்திலேயே இறக்கி வைக்கப்பட்டது. உலகம் முடியும் வரை அதைப் பாதுகாக்கும் பொறுப்பை அல்லாஹ் ஏற்றுக்கொண்டான். இம்மாதத்தில் ஷைத்தான்கள் விலங்கிடப்படுகின்றன, நரகத்தின் வாயில்கள் மூடப்பட்டு சுவர்க்கத்தின் வாயில்கள் திறக்கப்படுகின்றன.

ரமழானின் ஒவ்வொரு இரவிலும் அல்லாஹ்விடமிருந்து "ஒரு அழைப்பாளர் நன்மைகளைச் செய்பவனே! அதிகமாகச் செய், தீமைகளைச் செய்பவனே உன் தீமைகளைக் குறைத்துக்கொள்!" என்று அழைப்பு விடுக்கின்றார். அதன் ஒவ்வொரு இரவிலும் அல்லாஹ் பலருக்கு நரக விடுதலை அளித்துக்கொண்டே இருக்கின்றான்.

இம்மாதத்தின் வருகை தொடர்பில் நபியவர்கள் ஸஹாபாக்களுக்கு நன்மாராயம் செய்பவராக இருந்தார்கள். இம்மாதத்தில் நோன்பிருப்பதற்காகவே ஷ.்.பான் மாதத்தின் அதிக நாட்கள் நோன்பிருந்து தன்னைத் தயார்படுத்திக் கொள்பவர்களாக இருந்தார்கள்.

நோன்பின் சிறப்புக்கள்:

இஸ்லாத்தின் ஐந்து தூண்களில் ஒன்றான நோன்பு, ஹி.2ஆம் ஆண்டு கடமையாக்கப்பட்டதாகும். நன்மையின் மீது ஆர்வத்தையும் தீமையைத் தவிர்ந்து வாழும் தன்மையையும்

உருவாக்கும் தக்வாவை ஏற்படுத்தும் பொருட்டே நோன்பு கடமையாக்கப்பட்டது என அல்லாஹ் கூறுகின்றான். நோன்பு இச்சமூகத்திற்கு மாத்திரம் உரியதொன்றல்ல, அது நபியவர்களுக்கு முன்பிருந்த சமூகங்களுக்கும் விதியாக்கப்பட்டிருந்தது. பருவ வயதை அடைந்த முஸ்லிமான புத்தியுள்ள நோன்பை விடுவதற்கு இஸ்லாம் அனுமதித்த காரணங்கள் எதுவும் இல்லாத ஆண், பெண் இருபாலார் மீதும் நோன்பு கடமையாகும்.

நோன்பாளிகளுக்கு அல்குர்ஆனிலும் ஸுன்னாவிலும் பின்வரும் சிறப்புக்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

1. ரமழான் மாதம் ஈமானோடும் கூலியை எதிர்பார்த்தும நோன்பிருப்பவருக்கு அவரது முந்திய பாவங்கள் மன்னிக்கப்படுகின்றன.
2. சுவர்க்கத்தில் நோன்பாளிகள் நுழைவதற்கு 'ரய்யான்' எனும் தனியான வாயில் தயார்படுத்தப்பட்டுள்ளது.
3. நோன்புக்கு கணக்கிடப்படாத கூலிகளை இறைவன் வழங்குகின்றான்.
4. நோன்பாளியின் வாயில் இருந்து வரும் வாடை அல்லாஹ்விடம் கஸ்தூரியை விடவும் நறுமணமிக்க தாகும்.
5. நோன்பு திறக்கும் நேரமும் அல்லாஹ்வை சந்திக்கும் நேரமும் நோன்பாளி சந்தோசப்படும் நேரங்களாகும்.
6. நோன்பு நரக நெருப்பிலிருந்து பாதுகாக்கும் கேடயமாகும்.
7. நோன்பாளியின் பிரார்த்தனைகள் அல்லாஹ்வால் அங்கீகரிக்கப்படுவதற்கு மிகவும் ஏற்றமானதாகும்.
8. நோன்பாளியின் மனவெளுச்சியும் பண்பாடும் அவனது நோன்பினால் பண்படுத்தப்படுகின்றது. மனதைக் கட்டுப்படுத்தும் மிகப்பெரும் வாழ்க்கைப் பயிற்சியை நோன்பு அவனுக்கு வழங்குகின்றது.

இவைகள் தவிர நோன்பிற்கு இவ்வுலகிலும் பல பயன்கள் உள்ளதாக விஞ்ஞான ரீதியான ஆய்வுகள் இன்று உறுதிப்படுத்தியுள்ளன.

நிய்யத்து வைத்தல்:

நோன்பிருக்கும் ஒருவரின் முதலாவது கடமை நிய்யத்து வைப்பதாகும். நிய்யத் என்பது ஒரு அரபுப்பதம், மனதில் நினைப்பதையே இது குறிக்கின்றது. அதாவது தான் நோன்பிருப்பதாக மனதில் நினைத்துக்கொள்வதாகும். ஹஜ் உம்ராவைத் தவிர நபியவர்கள் தனது நிய்யத்தை வெளிப்படையாக எந்த அமலிலும் சொல்லியதில்லை.

கடமையான நோன்பை நோற்க விரும்பும் ஒருவர் நோன்பு வைப்பதற்கான நிய்யத்தை அன்றைய நாள் இரவில் ஸஹருடைய நேரத்திற்கு முன்னர் வைத்துவிட வேண்டும். ஸுன்னத்தான நோன்புகளுக்கு இவ்வாறில்லை. நோன்பிருக்கும் நிய்யத்துடன் ஒருவர் தூங்கி ஸஹருக்கு விழித்தெழாவிட்டாலும் அன்றைய தினம் அவர் நோன்பைத் தொடர முடியும். நிய்யத் இல்லாமல் தூங்கும் ஒருவரினால் இவ்வாறு நோன்பிருக்க முடியாது. ரமழானின் ஆரம்ப நாளில் இம்மாதம் முழுக்க நோன்பிருப்பதாக மனதில் நினைத்துக்கொண்ட ஒருவர் இடையில் நோன்பை விடாமல் தொடர்ந்து பிடித்தால் முதல் நாள் வைத்த நிய்யத்து மாதத்தின் அனைத்து நாட்களுக்கும் பொருந்தும் என இஸ்லாமிய அறிஞர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். இடையில் நோன்பை விட்டால் நிய்யத்தை புதுப்பித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தஹஜ்ஜுத் நேரத்தில் விழித்தெழுதல்:

அல்லாஹ் அடிவானத்தில் மனிதர்களின் வேண்டுதல்களை நிரைவேற்றக் காத்திருக்கும் இரவின் கடைசிப் பகுதியே தஹஜ்ஜுதுடைய நேரமாகும். ஏனைய நாட்களை விடவும் ஒருவர் ரமழான் காலத்தில் இந்த நேரத்தில் விழித்தெழுவதற் கான வாய்ப்பு அதிகம். இதனால் இந்த சந்தர்ப்பத்தைப் பயன்படுத்திக்கொண்டு வுழச் செய்து இறைவனுக்காகத் தொழுது அதிகமாக பிரார்த்தனைகளை செய்வது மிகவும் சிறந்த அமலாகும்.

மல ஜலம் கழித்தல்:

மல ஜலம் கழிப்பதற்கு இஸ்லாம் காட்டியிருக்கும் ஒழுங்கு முறைகளைத் தெளிவாக விளங்கிக் கொள்ள ஐந்து சிறிய தலைப்புக்களாக அவற்றைப் பிரித்து அவதானிக்கலாம்.

இடம்:

மல ஜலம் கழிப்பதற்கு தேர்வு செய்யும் இடம் மறைவானதாக இருத்தல் வேண்டும். பாலை வனம் போன்ற வெட்டவெளியில் செல்வதாயின் அடுத்தவர்களின் பார்வைக்கு மறையுமளவு தூரம் செல்ல வேண்டும். கெட்டியான தரையாக இல்லாமல் தண்ணீரை உறுஞ்சக் கூடிய இடமாகப் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

மல ஜலம் கழிப்பதற்கு பின்வரும் இடங்களைத் தேர்வு செய்ய முடியாது.

- உடும்பு, பாம்பு, மற்றும் ஏனைய உயிரினங்களின் பொந்துகள்.

- நிழல் தரும் மரங்கள்.
- சிறிய பெரிய பாதைகள், வயல்வெளிகளில் பாதையாகப் பயன்படுத்தப்படும் வரம்புகள், ஒற்றை வழிப் பாதைகள்
- ஓடாது தேங்கி நிற்கும் நீர் நிலைகள்.
- குழிக்கும் இடங்கள்.
- வணக்கஸ்தலங்கள்.
- மண்ணறைகள்.
- மனிதர்கள் ஒன்றுகூடுகின்ற இடங்கள்.

மலஜலம் கழிக்க செல்லல்:

- ஆடைகளை உயர்த்தாமல் நுழைதல்.
- அல்லாஹ்வின் பெயர் மற்றும் குர்ஆன் வசனங்கள் உள்ளவற்றை கொண்டுசெல்லாதிருத்தல்.
- இடதுகாலை முன் வைத்து மல ஜல கூடம் செல்லும் போது ஓதும் துஆவினை ஓதுதல்.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மினல் ஹுப்ஸி வல் ஹபாயிஸி)

மலஜலம் கழிக்கும் போது:

- கிப்லாவை முன்னோக்காமலும் பின்னோக்காமலும் இருத்தல்.
- தேவையான அளவு ஆடையை உயர்த்துதல்.
- அல்லாஹ்வின் பெயர் சொல்லாமலும் அல்குர்ஆன் ஓதாமலும் இருத்தல்.

- ஸலாம் சொல்வதோ, அதற்கு பதில் சொல்வதோ கூடாது.

சுத்தம் செய்தல்:

- தண்ணீரினால் சுத்தம் செய்தல், தண்ணீர் இல்லாதபோது எலும்பு மற்றும் நஜீஸான பொருட்கள் இல்லாத வேறு எதனாலும் சுத்தம் செய்துகொள்ள முடியும். உதாரணமாக: கற்கள், துணி, டிஸு….
- இடது கையினால் சுத்தம் செய்தல்.
- நன்றாக சுத்தம் செய்தல், நீர் விரயத்தைத் தவிர்த்தல்.

வெளியேறும் போது:

- ஆடையை சீர் செய்து கொள்ளல்.
- வலது காலை முன் வைத்து பின்வரும் துஆவினை ஓதுதல்.

(குப்ரானக) غُفْرَانَكَ

வுழு செய்தல்:

வுழூச் செய்ய ஆரம்பிக்கும்போது பற்களைத் துளக்கிக் கொள்வது ஸுன்னத்தாகும். நபியவர்கள் தூக்கத்திலிருந்து எழுந்தாலோ வீட்டிற்குள் நுழைந்தாலோ முதலில் பற்துளக்குபவர்களாகவே இருந்திருக்கிறார்கள். தொழுகை மற்றும் தவாப் செய்வதற்கு வுழு அவசியமாக இருப்பதைப் போலவே நற்செயல்களில் ஈடுபடும்போதும் ஏனைய நேரங்களிலும் வுழுவுடன் இருப்பது நபிவழியாகும்.

தூக்கத்திலிருந்து எழும்பும் ஒருவர் நீர்ப் பாத்திரத்தினுள் கையை விடுவதற்கு முன்னர் வெளியில் வைத்து கழுவிக் கொள்ள வேண்டும்.

- வுழு செய்வதாக மனதில் நினைத்துக்கொண்டு பிஸ்மில்லாஹ் என்று கூறி இரு கைகளையும் மணிக்கட்டு வரை கழுகுதல்.
- நாசிக்கு தண்ணீர் செலுத்தி அதை வெளியேற்றுதல்.
- வாயைக் கொப்பளித்தல்.
- முகம் கழுவுதல்: நெற்றியின் முடி முளைக்கும் ஆரம்ப இடத்திலிருந்து நாடிக்குழி வரையான பகுதியை உயரத்திலும் இரண்டு காதுச் சோனைகளுக்கு இடைப்பட்ட பகுதியை அகலத்திலும் கழுவுவது கடமையாகும்.
- இரண்டு கைகளையும் முழங்கை வரை கழுவுதல்.
- தலையினையும் காதினையும் மஸ்ஹு செய்தல்:

தண்ணீரைத் தொட்டு இரண்டு கைகளையும் முன்னெற்றி முடியிலிருந்து பிடரிவரை பின்னோக்கி இழுத்து பின்பு பின்னிருந்து முன்னாக ஒரு தடவை இழுத்தல். அதே கையினால் புதிதாக தண்ணீரை எடுத்துக்கொள்ளாமல் இரண்டு காதுகளுக்குள்ளும் ஆட்காட்டி விரல்களை நுழைத்து காதுச் சோனை வழியே தடவி இரண்டு பெருவிரல்களையும் காதின் வெளிப்புறமாக வைத்து அனைத்து இடங்களிலும் படும் வகையில் தடவுதல்.

- இரண்டு கால்களையும் கெண்டைக்கால் வரை கழுவுதல்.

➢ வுழு செய்து முடிந்ததன் பின்பு பின்வரும் துஆவினை ஓதுதல்.

أَشْهَدُ أَنْ لا إِلَهَ إِلا اللَّهُ وَحْدَهُ لا شَرِيكَ لَهُ ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ ، اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنْ التَّوَّابِينَ ، وَاجْعَلْنِي مِنْ الْمُتَطَهِّرِينَ.

(அஷ்ஹது அன்லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு வ அஷ்ஹது அன்ன முஹம்மதன் அப்துஹு வரஸூலுஹு, அல்லாஹும்மஜ்அல்னி மினத்தவ்வாபீன வஜ் அல்னீ மினல் முததஹ்ஹிரீன்.)

குறிப்பு: மேற்குறித்தவற்றில் தலை, காதுக்கு மஸ்ஹு செய்வதை ஒரு தடவையும் அடுத்தவைகளை இரண்டு அல்லது மூன்று தடவைகளும் செய்துகொள்ளலாம், ஒரு தடவை செய்து கொண்டாலும் போதுமானது.

தாடியை குடைந்து கழுவுவதும், விரல் இடுக்களில் தண்ணீர் சென்றடையும் வகையில் தேய்த்து கழுவுவதும் சுன்னத்தாகும்.

தொழும் முறை:

➢ முறையாக வுழூச் செய்து கொள்ளல்.

➢ அவ்ரத்தை மறைத்தல்: பெண்கள் முகம், மணிக்கட்டுக் கை தவிர்ந்த ஏனைய பகுதிகளையும், ஆண்கள் அவசியமாக தொப்புளிலிருந்து முழங்கால் வரை மறைத்திருப்பதுடன் தோள்களை மறைக்கும் வகையில் ஒரு மேலங்கியை அணிந்திருப்பது சிறந்ததாகும்.

➢ சுத்தமான இடத்தினை தேர்வு செய்தல்.

➢ குறித்த தொழுகையினை தொழுவதாக மனதில் நினைத்துக் கொள்ளல்.

➢ கிப்லாவை முன்னோக்குதல்.

➢ தனியாகத் தொழுபவர், தான் தொழும் இடத்தை வரையருக்கும் முகமாக தடுப்பொன்றினை (ஸுத்ராவினை) வைத்தல், இமாமுடன் தொழுபவருக்கு இமாமே ஸுத்ராவாகும்.

➢ இரு கைகளையும் காதுக்கு நேராக அல்லது தோள் புயங்களுக்கு நேராக உயர்த்தி "அல்லாஹு அக்பர்" என்று கூறி இடது மணிக்கட்டின் மீது வளது மணிக்கட்டை வைத்து அல்லது இடது முன்னங்கையின் மீது வலது முன்னங்கையை வைத்து நெஞ்சின் மீது வைத்தல்.

➢ வஜ்ஜஹுது அல்லது முதல் தக்பீர் கட்டியவுடன் நபியவர்கள் ஓதியதாக வந்துள்ள துஆவினை ஓதுதல்.

اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ، كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ، اللَّهُمَّ نَقِّنِي مِنَ الْخَطَايَا كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبُ الأَبْيَضُ مِنَ الدَّنَسِ، اللَّهُمَّ اغْسِلْ خَطَايَايَ بِالْمَاءِ وَالثَّلْجِ وَالبَرَدِ

(அல்லாஹும்ம பாயித் பைனீ வ பைன கதாயாய கமா பாஅத்த பைனல் மஷ்ரிகி வல் மஹ்ரிபி, அல்லாஹும்ம நக்கினீ மினல் கதாயா கமா யுனக்கத்தவ்புல் அப்யழு மினத் தனஸ், அல்லாஹும்ம ஹ்ஸில் கதாயாய பில் மாயி வத்தல்ஜி வல் பரத்.)

வஜ்ஜஹ்து தெரிந்தவர்கள் அதை ஓதிக்கொண்டாலும் போதுமானது.

➢ ஸுஜூது செய்யும் இடத்தை மாத்திரம் பார்த்தல்.
➢ ஸூரதுல் பாதிஹா ஓதுதல்.
➢ வேறு ஒரு ஸூறாவினை ஓதுதல். (இது முதல் இரண்டு ரக்அத்துக்களுக்கு மாத்திரமானதாகும். அடுத்த ரக்அத்துக்களிலும் சில போது நபியவர்கள் ஓதியுள்ளார்கள்.)
➢ இரு கைகளையும் காது வரை உயர்த்தி அல்லது தோள் புயங்களுக்கு நேராக உயர்த்தி அல்லாஹு அக்பர் என்று கூறி ருக்உ செய்தல்.

ருகூவின் போது இரண்டு உள்ளங்கைகளாலும் முட்டுக் காள்களைப் பிடித்து விரல்களை விரித்து வைத்தல், முதுகை நிமிர்த்தி இடுப்புக்கு நேராக வைத்தல், பார்வை நேரடியாகப்படும் இடத்தை நோக்கி பார்வையை வைத்துக் கொள்ளல்.
➢ ருகூவிலே **سبحان ربي العظيم** (ஸுப்ஹான ரப்பியல் அழீம்) என்று மூன்று முறை கூறுதல்.

இரு கைகளையும் காது வரை உயர்த்தி அல்லது தோள் புயங்களுக்கு நேராக உயர்த்தி "ஸமிஅல்லாஹு லிமன் ஹமிதா" என்று கூறி இ∴திதால் நிலையை அடைதல். பின்பு நபியவர்கள் ஓதிய துஆவினை ஓதுதல்.

رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ مِلْءُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَمِلْءُ مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ، أَهْلَ الثَّنَاءِ وَالْمَجْدِ، أَحَقُّ مَا قَالَ الْعَبْدُ، وَكُلُّنَا لَكَ عَبْدٌ، اللهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا

مَنَعْـتَ، وَلَا يَنْفَـعُ ذَا الْجَـدِّ مِنْـكَ الْجَـدُّ

(ரப்பனா லகல் ஹம்து மில்உ ஸ்ஸமாவாதி வல் அர்ழி வ மில்உ மா ஷி∴த மின் ஷையின் ப∴து அஹ்லத் ஸனாயி வல் மஜ்தி, அஹக்கு மா காலல் அப்து, வ குல்லுனா லக அப்துன், அல்லாஹும்ம லா மானிஅ லிமா அ∴தைத, வலா மு∴திய லிமா மன∴த வலா யென்பஉ தல் ஜத்து மின்கல் ஜத்து.)

இமாமுடன் தொழுபவர் இமாம் "ஸமிஅல்லாஹு லிமன் ஹமிதா" என்று சொன்னவுடன் மேலே உள்ள துஆவை மாத்திரம் ஓதிக்கொள்ள வேண்டும்.

➢ இரு கைகளையும் காது வரை உயர்த்தி அல்லது தோள் புயங்களுக்கு நேராக உயர்த்தி அல்லாஹு அக்பர் என்று கூறி ஸுஜூது செய்தல்.

ஸுஜூதின் போது, நெற்றி, மூக்கு, இரண்டு கைகளின் உட்புறம், இரண்டு முட்டுக்கால்கள், இரண்டு கால் விரல்களின் உட்புறமும் தரையில் படும்படி கிப்லாவை முன்னோக்கியதாக வைத்துக்கொள்ளல். இரண்டு கைகளையும் காதுக்கு நேராக கிப்லாவை முன்னோக்கியதாக விரல்களை சற்று விரித்து வைத்துக்கொள்ளல், முழங்கைகள் பூமியில் படாத வகையில் உயர்த்தி வைத்தல்.

பின்பு سبحان ربي الأعلى (ஸுப்ஹான ரப்பியல் அ∴லா) என்று மூன்று முறை ஓதுதல்.

ஓர் அடியான் அல்லாஹ்வுக்கு மிகவும் நெருக்கமாக இருக்கும் நேரம் அவன் ஸுஜூதில் இருக்கும் நேரமாகும். எனவே, அதில் நமக்கு வேண்டிய பிரார்த்தனைகளை செய்து கொள்ளலாம்.

➢ அல்லாஹு அக்பர் என்று கூறி எழுந்து நடு இருப்பில் அமர்தல். இடது காலை மடித்து அதில் அமர்ந்து வலது காலின் விரல்கள் கிப்லாவை முன்னோக்கி இருக்கும் விதத்தில் நட்டி வைத்தல், இரு கைகளையும் முழங்கால்களில் வைத்தல்.

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي، وَارْحَمْنِي، وَاجْبُرْنِي، وَاهْدِنِي، وَارْزُقْنِي

(அல்லாஹும் ம.:.பிர்லீ வர்ஹம்னீ வ ஜ்புர்னீ வஹ்தினீ வர்ஸுக்னீ) என்று ஓதிக்கொள்ளல். அல்லது அவ்விருப்பில் ஓதுவதற்கு வந்துள்ள வேறு துஆக்களையும் ஓதலாம். குறைந்தது **رَبِّ اغْفِرْ لِي ، رَبِّ اغْفِرْ لِي** (ரப்பி.:.பிர் லீ, ரப்பி.:. பிர்லீ) என்றாவது ஓதிக்கொள்ள வேண்டும்.

➢ அல்லாஹு அக்பர் என்று கூறி ஸுஜூது செய்தல்.

➢ அல்லாஹு அக்பர் என்று சொல்லி இரண்டாவது ரக்அத்துக்காக எழும்புதல். முதல் ரக்அத்தில் செய்ததைப் போன்று செய்தல்.

➢ முதலாவது அத்தஹிய்யாதில் அமரும்போது இடது காலை மடக்கி அதில் அமர்ந்து வலது காலின் விரல்கள் க.:. பாவை முன்னோக்கும் விதமாக நிறுத்தி வைத்து (தவற்ருக் அடிப்படையில்) அமர்தல். இரண்டு கைகளையும் முழங்காலின் மீது வைத்து வலது கையின் மோதிர விரல், அதற்கு அடுத்த விரல் இரண்டையும் மடித்து வைத்தல்,

நடு விரலை பெருவிரலுடன் சேர்த்து வளையம் போன்று வைத்தல், ஆட்காட்டி விரலை நீட்டி வைத்தல் அல்லது அசைத்தல், பின்பு அத்தஹிய்யாதினை ஓதுதல்.

التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ السَّلاَمُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ السَّلاَمُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَ أَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

(அத்தஹிய்யாது லில்லாஹி வஸ்ஸலவாது வத் தய்யிபாது, அஸ்ஸலாமு அலைக்க அய்யுஹந் நபிய்யு வர்மதுல்லாஹி வபரகாதுஹு, அஸ்ஸலாமு அலைனா வ அலா இபாதில்லாஹிஸ்ஸாலிஹீன், அஷ்ஹது அல்லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வ அஷ்ஹது அன்ன முஹம்மதன் அப்துஹு வ ரஸூலுஹு)

இவ்வாறு முதல் அத்தஹிய்யாதில் ஓத வேண்டும். அதாவது முதல் அத்தஹிய்யாத் என்பது மூன்று அல்லது நான்கு ரக்அத் தொழுகைகளில் இரண்டு ரக்அத்துக்களின் பின்பு வரும் அத்தஹிய்யாத்தாகும்.

➢ கடைசி அத்தஹிய்யாது: அதாவது, இரண்டு ரக்அத்துத் தொழுகைகளில் முதலாவதாகவும், மூன்று அல்லது நான்கு ரக்அத்து தொழுகைகளில் இரண்டாவதாகவும் வரும் அத்தஹிய்யாதே கடைசி அத்தஹிய்யாதாகும்.

இதில் அமரும்போது இடது காலை மடக்கி வலது காலின் கீழே வைத்தல், வலது காலின் விரல்கள் க.்.பாவை

முன்னோக்கும் விதமாக நிறுத்தி வைத்து, பித்தட்டு நிலத்தில் படும்படியாக (இப்திராஷ் அடிப்படையில்) அமர்தல். இரண்டு கைகளையும் முழங்காலின் மீது வைத்து வலது கையின் மோதிர விரல், அதற்கு அடுத்த விரல் இரண்டையும் மடித்து வைத்தல், நடு விரலை பெருவிரலுடன் சேர்த்து வளையம் போன்று வைத்தல், ஆட்காட்டி விரலை நீட்டி வைத்தல் அல்லது அசைத்தல், பின்பு, முதல் அத்தஹிய்யாதில் ஓதியதுடன் சேர்த்து பின்வரும் ஸலவாத்தையும் ஓதுதல்.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ ، اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ.

(அல்லாஹும்ம ஸல்லி அலா முஹம்மதின் வஅலா ஆலி முஹம்மதின் கமா ஸல்லைத்த அலா இப்றாஹீம வஅலா ஆலி இப்றாஹீம இன்னக ஹமீதும் மஜீத், அல்லாஹும்ம பாரிக் அலா முஹம்மதின் வஅலா ஆலி முஹம்மதின் கமா பாரக்த அலா இப்றாஹீம வஅலா ஆலி இப்றாஹீம இன்னக ஹமீதும் மஜீத்.)

- ஸலாம் கொடுப்பதற்கு முன்பு முடியுமான அளவு நபியவர்கள் ஓதியதாக வந்துள்ள பிரார்த்தனைகளை ஓதுதல்.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ ، وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ ، وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ ، وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ

الْمَسِيحِ الدَّجَّالِ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊதுபிக மின் அதாபி ஜஹன்னம் வ மின் அதாபில் கப்ரி வ மின் பித்னதில் மஹ்யா வல் மமாத் வ மின் பித்னதில் மஸீஹித் தஜ்ஜால்.)

اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

(அல்லாஹும்ம அஇன்னீ அலா திக்ரிக வ ஷுக்ரிக வ ஹுஸ்னி இபாததிக்)

اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا وَلاَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ فَاغْفِرْ لِي مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ وَارْحَمْنِي إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ .

(அல்லாஹும்ம இன்னீ ழலம்து நப்ஸீ ழுல்மன் கதீரா வலா யெ.ஃ.பிருஸ்ஸுனூப இல்லா அன்த ப.ஃ.பிர்லீ ம.ஃ. பிரதன் மின் இந்திக, வர்ஹம்னீ இன்னக அன்தல் கபூருர் ரஹீம்.)

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ وَمَا أَسْرَفْتُ وَمَا أَنْتَ أَعْلَمُ بِهِ مِنِّي أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ.

(அல்லாஹும்ம.ஃ.பிர்லீ மா கத்தம்து வமா அஹ்ஹர்த்து, வமா அஸ்ரர்த்து வமா அ.ஃ.லன்து, வமா அஸ்ரப்து வமா அன்த அ.ஃ.லமு பிஹி மின்னீ, அன்தல் முகத்திமு வ அன்தல் முஅஹ்ஹிரு லாயிலாஹ இல்லா அன்த)

➢ வலது பக்கமாக அஸ்ஸலாமு அலைக்கும் வரஹ்மதுல்லாஹ் என்று சொல்லுதல் பின்பு இடது பக்கம் முகத்தைத் திருப்பி அஸ்ஸலாமு அலைக்கும் வரஹ்மதுல்லாஹ் என்று கூறுதல்.

ஸலாம் கொடுத்ததற்கு பின்னர் நபியவர்கள் ஓதியதாக வந்துள்ள துஆக்களை ஓதுதல்.

أستغفر الله (3)

அஸ்த.்.பிருல்லாஹ் (மூன்று தடவைகள்)

اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلامُ، ومِنكَ السَّلامُ، تباركْتَ يَا ذَا الْجَلاَلِ وَالْإِكْرَامِ

அல்லாஹும்ம அன்தஸ்ஸலாம் வமின்கஸ்ஸலாம் தபாரக்த யாதல் ஜலாலி வல் இக்ராம்.

لا إلهَ إلاَّ اللَّه وحْدَهُ لا شَرِيكَ لَهُ، لهُ المُلْكُ ولَهُ الحَمْدُ، وهُوَ عَلى كُلِّ شَيءٍ قَديرٌ. اللَّهُمَّ لاَ مَانِعَ لما أعْطَيْتَ، وَلا مُعْطيَ لما مَنَعْتَ، ولا ينْفَعُ ذا الجَدِّ مِنْكَ الجدُّ

(லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு, லஹுல் முல்கு வலஹுல் ஹம்து, வஹுவ அலா குல்லி ஷையின் கதீர், அல்லாஹும்ம லா மானிஅ லிமா அ.்.தைத வலா மு.்.திய லிமா மன.்.த, வலா யென்பஉ தல் ஜத்தி மின்கல் ஜத்து.)

لا إلَـه إلاَّ اللَّـه وَحْدَهُ لا شريكَ لهُ، لهُ الملكُ ولهُ الحَمْدُ، وهُوَ عَلى كُلِّ شيءٍ قَديرٌ. لا حولَ وَلا قُوَّةَ إلاَّ بِاللَّـه، لا إلـه إلاَّ اللَّـه، وَلا نَعْبُدُ إلاَّ إيَّاهُ، لهُ النعمةُ ولَهُ الفضْلُ وَلَهُ الثَّنَاءُ الحَسنُ، لا إلـه إلاَّ اللَّـه مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ ولوْ كَرِه الكَافرُون.

(லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு, லஹுல் முல்கு வலஹுல் ஹம்து, வஹுவ அலா குல்லி ஷையின் கதீர், லா ஹவ்ல வலா குவ்வத இல்லா பில்லாஹ், லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வலா ந.்.புது இல்லா இய்யாஹு, லஹுந்நி.்.மது வலஹுல் பழ்லு வலஹுத்தனாஉல் ஹஸன், லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு முஹ்லிஸீன லஹுத்தீன வலவ் கரிஹல் காபிறூன்.)

سبحان الله ஸுப்ஹானல்லாஹ் (33)

الحمد لله அல்ஹம்துலில்லாஹ் (33)

الله أكبر அல்லாஹு அக்பர் (33)

لا إلهَ إلاَّ اللَّه وحْدَه لا شَريك لهُ، لَهُ المُلْكُ وَلَهُ الحمْد، وهُو على كُلِّ شَيءٍ قَدِير

லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு, லஹுல் முல்கு வலஹுல் ஹம்து, வஹுவ அலா குல்லி ஷையின் கதீர் (1 தடவை)

اللَّهُمَّ إنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الجُبْنِ والْبُخلِ وَأَعوذُ بِكَ مِنْ أَنْ أُرَدَّ إِلى أَرْذَل العُمُرِ وَأعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الدُّنْيا وأَعوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ القَبر

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊது பிக மினல் ஜுப்னி வல் புக்லி வ அஊது பிக மின் அன் உரத்த இலா அர்தலில் உமுரி வ அஊது பிக மின் பித்னதித் துன்யா வ அஊது பிக மின் பித்னதில் கப்ர்.)

اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

(அல்லாஹும்ம அஇன்னீ அலா திக்ரிக வ ஷுக்ரிக வ ஹுஸ்னி இபாததிக்.)

اللّهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلاَ نَوْمٌ لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلاَ يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَاء وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ وَلاَ يَؤُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ.

(அல்லாஹு லாயிலாஹ இல்லா ஹுவல் ஹய்யுல் கய்யூம் லா த..குதுஹு ஸினதுன் வலா நவ்முன் லஹு மாபிஸ்ஸமா வாதி வமா பில் அர்ழ், மன் ஸல்லஸி யெஷ்பஉ இன்தஹு

இல்லா பி இஸ்னிஹி யெ.ஃலமு மா பைன அய்தீஹிம் வமா கல்பஹும் வலா யுஹீதூன பிஷெய்யின் மின் இல்மிஹி இல்லா பிமா ஷாஅ வஸிஅ குர்ஸிய்யுஹுஸ்ஸமாவாதி வல அர்ழி வலா யெஊதுஹு ஹிப்ழுஹுமா வஹுவல் அலிய்யுல் அழீம்.)

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ (1) اللَّهُ الصَّمَدُ (2) لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ (3) وَلَمْ يَكُن لَّهُ كُفُوًا أَحَدٌ (4)

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (1) مِن شَرِّ مَا خَلَقَ (2) وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ (3) وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ (4) وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ (4)

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (1) مَلِكِ النَّاسِ (2) إِلَهِ النَّاسِ (3) مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ (4) الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (5) مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ (6)

இம்மூன்று ஸூராக்களையும் ஸுபஹ் ம.ஃரிப் தொழுகைகளின் பின்பு மூன்று தடவைகளும் ஏனைய தொழுகைகளின் பின்பு ஒவ்வொரு தடவையும் ஓதுதல்.

ஸஹர் செய்தல்:

ஸஹர் செய்வது நபியவர்களால் வலியுறுத்தப்பட்ட ஸுன்னத்தாகும். ஸஹர் செய்வது நோன்பில் உள்ள ஓர் அமலாகும். அதற்கென்று பிரத்தியேகமான ஏற்பாடுகளைச் செய்ய வேண்டியதில்லை. இருப்பதைக் கொண்டு போதுமாக்கிக் கொள்ளலாம். ஈத்தம் பழம் மாத்திரம் இருந்தாலும் அதையே ஸஹருக்கு ஆக்கிக்கொள்ளலாம். எதுவும் இல்லாதபோது தண்ணீரைக் கூட ஸஹருக்கு பயன்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

ஸஹரை ஸுபஹின் அதானுக்கு மிகவும் நெருக்கமாக வைத்துக் கொள்வது சிறந்ததாகும். மேலும், ஸஹர் உணவில் ஈத்தம் பழத்தை சேர்த்துக் கொள்வதும் விரும்பத்தக்கதாகும்.

உண்ணும் போதும் பருகும் போதும்:

உடல் ஆரோக்கியத்திற்காக நமது தேவைக்காக இஸ்லாம் அனுமதித்த உணவுகளை, பானங்களை நாம் சாப்பிடும்போதும் பருகும் போதும் இஸ்லாம் காட்டிய முறைகளைப் பின்பற்றினால் அதையும் இபாதத்தாக, நன்மை பயப்பதாக மாற்றிக்கொள்ள முடியும்.

- சாப்பிட, பருக ஆரம்பிக்கும் போது “பிஸ்மில்லாஹ்” என்று கூறுதல்.
- வலக் கரத்தினால் சாப்பிடுதல், குடித்தல்.
- தட்டில் தனக்கு பக்கமாக இருப்பதிலிருந்து சாப்பிடுதல்.
- கீழே விழும் உணவை எடுத்து அசுத்தத்தை நீக்கிவிட்டு சாப்பிடுதல்.

➢ பாத்திரத்தில் மீதமில்லாமல் முழுமையாக சாப்பிடல்.
➢ கைகளை நன்றாக சூப்புதல்.
➢ சாப்பிட்டு முடிந்ததும் அந்த உணவை வழங்கியமைக்காக அல்லாஹ்வைப் புகழ்ந்து துஆவினை ஓதுதல்.

الْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ غَيْرَ مَكْفِيٍّ، وَلَا مُوَدَّعٍ، وَلَا مُسْتَغْنًى عَنْهُ رَبَّنَا

(அல்ஹும்துலில்லாஹி கஸீரன் தய்யிபன் முபாரகன் பீஹி கைர மக்பிய்யின், வலா முவத்தியின், வலா முஸ்தக்னன் அன்ஹு ரப்பனா.)

➢ நின்று கொண்டு சாப்பிடுவதையோ, குடிப்பதையோ தவிர்த்தல்.
➢ கூட்டாக சேர்ந்து சாப்பிடுவது ஸுன்னத்தாகும்.
➢ உணவின் சுவையில் ஆச்சரியப்பட்டால் அதைப் புகழ்வதில் தப்பில்லை.
➢ பிறர் உணவோ, பானமோ வழங்கி அதை உட்கொண்டால் அவர்களுக்காக துஆ செய்தல்.

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَهُمْ فِي مَا رَزَقْتَهُمْ، وَاغْفِرْ لَهُمْ، وَارْحَمْهُمْ

(அல்லாஹுஃம்ம பாரிக் லஹுஃம் பீமா ரஸக்தஹுஃம் வக்பிர் லஹுஃம் வர்ஹம்ஹுஃம்)

➢ உணவை, பானத்தை பிறருக்கு வழங்கும் சந்தர்ப்பம் ஏற்பட்டால் வலப்பக்கத்திலிருந்தே ஆரம்பிக்க வேண்டும்.
➢ பங்கிடுபவர் இறுதியில் சாப்பிடுவதே ஸுன்னத்தாகும்.
➢ உணவுப் பாத்திரங்களை இரவில் மூடி வைத்தல்.

ஆடை அணியும்போது:

உடல் பாகங்களை மறைக்கவும் அதற்கு வரும் ஆபத்துக்களில் இருந்து காக்கவும் அலங்காரத்திற்காகவும் ஆடைகளை அணிகின்றோம். அதையே நபியவர்கள் காட்டிய முறைப்படி அமைத்துக்கொண்டால் அதையும் வணக்கமாக மாற்றிக் கொள்ள முடியும்.

- ஆடை அவ்ரத்தை மறைக்கக்கூடியதாக இருத்தல் வேண்டும்.
- உடல் உறுப்புக்களையும் அதன் பருமனையும் வெளியில் காட்டும்படியாக மிகவும் மெல்லியதாகவோ, இறுக்கமானதாகவோ இருத்தல் கூடாது.
- மார்க்கத்தில் தடுக்கப்பட்ட விடயங்களை விட்டும் தவிர்ந்ததாக இருத்தல். குங்கும நிறத்தில் இல்லாதிருத்தல், ஆண்கள் கெண்டைக் காலுக்கு கீழ் அணியாதிருத்தல் போன்றவை.
- பெண்களைப் போன்று ஆண்கள் ஆடை அணிவதோ ஆண்களைப்போன்று பெண்கள் ஆடை அணிவதோ கூடாது.
- ஆண்கள் பட்டாடை அணிவது மார்க்கத்தில் தடை செய்யப்பட்டுள்ளது.
- ஆடை அணியும்போது வலது பக்கமாக ஆரம்பித்தல், பின்வரும் துஆவினை ஓதுதல்.

الْحَمْدُ للّٰهِ الَّذِي كَسَانِي هَذَا (الثَّوْبَ) وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ

(அல்ஹம்துலில்லாஹில்லஸீ கஸானி ஹாஸஸ் ஸவ்ப வ ரஸகனீஹி மின் கைரி ஹவ்லின் மின்னீ வலா குவ்வதின்)

- ➢ கழட்டும்போது இடது பக்கமாகக் கழட்டுதல். பிஸ்மில்லாஹ் என்று கூறுதல்.
- ➢ ஆடையை சுத்தமாக வைத்திருப்பது ஸுன்னத்தாகும்.
- ➢ வெள்ளை ஆடையை நபியவர்கள் அதிகம் விரும்பினார்கள்.
- ➢ பிரபல்யத்திற்காகவோ அடுத்தவர்களில் இருந்து வித்தியாசமாகக் காட்டப்பட வேண்டும் என்பதற்காகவோ ஆடை அணிதல் கூடாது.

புத்தாடை அணிந்தால் பின்வரும் துஆவினை ஓதுதல்.

اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ كَسَوْتَنِيهِ أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِهِ وَخَيْرِ
مَا صُنِعَ لَهُ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهُ

(அல்லாஹும்ம லகல் ஹம்து அன்த கஸவ்தனீஹி அஸ்அலுக மின் கைரிஹி வ கைரி மா ஸுனி எ லஹு வ அஊஸு பிக மின் ஷர்ரிஹி வ ஷர்ரி மா ஸுனி எ லஹு)

ஸுபஹ் தொழுகையை நிறைவேற்றுதல்:

தஹஜ்ஜுத், ஸஹர் போன்றவற்றில் அதிக அக்கரை காட்டும் பலர் ஸுபஹ் தொழுகையின்றி தூங்கிவிடுகின்றனர், இது நோன்பின் பயனை இல்லாமலாக்கிவிடும், ஸுபஹ் தொழுகையின் முன் ஸுன்னத் இரண்டு ரக்அத்துக்களையும் தொழுது, உரிய நேரத்தில் ஜமாஅத்துடன் நிறைவேற்றுதல் வேண்டும்.

ஸுபஹுடைய ஸுன்னத்தில் முதல் ரக்அத்தில் அல்காபிறூன் அத்தியாயத்தையும் இரண்டாவது ரக்அத்தில் அல் இஹ்லாஸ் அத்தியாயத்தினையும் ஓதுவது ஸுன்னத்தாகும்.

நோன்பை முறிக்கும் காரியங்களிலிருந்து தவிர்ந்திருத்தல்:

ரமழானின் பகல் பொழுதுகளில் கீழ் குறிப்பிடப்படும் நோன்பை முறிக்கும் காரியங்களிலிருந்து விலகியிருத்தல் வேண்டும்.

- வேண்டுமென்று சாப்பிடுதல், குடித்தல்.
- இல்லற வாழ்கையில் ஈடுபடுதல்.
- வேண்டுமென்று இந்திரியத்தை வெளியேற்றுதல்.
- வேண்டுமென்று வாந்தி எடுத்தல். ஷ
- உடலுக்கு பலம் தரும் ஊசி, மருந்துகளை ஏற்றுதல்.
- பெண்களுக்கு ஹைழு , நிபாஸ் (பிள்ளைப்பேற்று இரத்தம்) ஏற்படுதல்.
- ஹிஜாமாவின் மூலம் உடம்பிலிருந்து இரத்தத்தை வெளியேற்றுதல். மருத்துவ பரிசோதனைகளுக்காக இரத்தம் வழங்குவதை இது உள்ளடக்காது.

பொய்ச்சாட்ச்சியம் சொல்லுதல் மற்றும் பாவமான காரியங்களில் ஈடுபடுவது நோன்பை முறிக்கும் காரியங்களில் குறிப்பிடப்படா விட்டாலும் நோன்பின் கூலியை இல்லாமலாக்கிவிடக்கூடியது, அது தொடர்பான எச்சரிக்கைகள் ஹதீஸ்களில் வந்துள்ளன. எனவே, அவைகளிலிருந்து தூரமாகி இருத்தல் வேண்டும், அத்தோடு வீன் விவாதங்கள், குதர்க்கங்கள், பிரச்சினைகளில்

ஈடுபடுவதும் தவிர்க்கப்படல் வேண்டும். அடுத்தவர்கள் பிரச்சினைப்பட்டாலும் “நான் நோன்பாளி” என ஒதுங்கிக் கொள்வதே நோன்பாளிக்கு இஸ்லாம் காட்டும் வழிகாட்டலாகும்.

குழிப்பதோ, பற்துளக்குவதோ, நறுமணம் பூசுவதோ நோன்பை முறிக்கும் காரியங்கள் அல்ல. ஆனால், வுழூச் செய்யும் போது அதிகமாக நாசிக்கு தண்ணீர் செலுத்துவதைத் தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ரமழானின் பகல் பொழுதுகளில் தீமைகளிலிருந்து ஒதுங்கி வாழ்வதும் நன்மையான விடயங்களில் அதிகம் ஈடுபடுவதும் நோன்பாளியின் கடமையாகும். வெளியில் இருக்கும் ஷைத்தான்கள் இக்காலத்தில் விலங்கிடப்பட்டாலும் ஒவ்வொருவரிடமும் இருக்கின்ற ஷைத்தான்களும் மனித வடிவில் இருக்கும் ஷைத்தான்களும் விலங்கிடப் படுவதில்லை. அதனால், மிகவும் அவதானமாக இக்காலத்தில் நடந்து கொள்வது அவசியமாகும்.

இப்தார்:

ம.ஃ.ரிப் தொழுகைக்கான அதானுக்குரிய நேரமே இப்தாரின் ஆரம்ப நேரமாகும், ஸஹரைப் பிற்படுத்தி இப்தாரை அதன் ஆரம்ப நேரத்திலேயே முற்படுத்தி செய்துவிடுவது நபி (ஸல்) அவர்களின் வழிமுறைாகும்.

இப்தாருக்குரிய நேரம் பிரார்த்தனைகள் அங்கீகரிக்கப் படுவதற்குரிய நேரமாகும் அதனால் அந்நேரத்தில் முடியுமான அளவு பிரார்த்தனைகளை செய்துகொள்ள வேண்டும்.

நோன்பு திறக்கும் ஒருவர் ஈத்தம் பழத்தில் 'ருதப்' எனும் உதப்பழத்தை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும், அது கிடைக்காத போது உலர்ந்த ஈத்தம் பழத்தை எடுத்துக்கொள்ளலாம், அதுவும் கிடைக்கவில்லை யெனில் தண்ணீரினை நோன்பு திறப்பதற்கு பயன்படுத்த முடியும், சில நேரம் பிரயாணத்தில் இருப்பவர்களுக்கு தண்ணீரும் இல்லாமல் இருந்தால் குறித்த நேரத்தில் நோன்பு திறந்துவிட்டதாக மனதில் நினைத்துக்கொண்டு இறங்கும் இடத்தில் கிடைப்பதை சாப்பிட்டுக் கொள்ள முடியும்.

நோன்பு திறந்த பின்பு பின்வரும் துஆவினை ஓதுதல்:

ذَهَبَ الظَّمَأُ، وَابْتَلَّتِ الْعُرُوقُ، وَثَبَتَ الأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ.

(தஹபல் ழமஉ வப்தல்லதில் உறூகு வஸபதல் அஜ்ரு இன்ஷா அல்லாஹ்)

நோன்பாளிகளை நோன்பு திறக்க வைப்பதும் இம்மாதத்தில் கிடைக்கும் மிகப்பெரும் பாக்கியமாகும், ஒருவர் அடுத்தவர்களை நோன்பு திறக்கச்செய்வதன் மூலம் அந்த நோன்பாளிகளுக்கு கிடைக்கும் நன்மைகள் போன்ற நன்மைகள் நோன்பு திறக்கச் செய்பவருக்கும் கிடைப்பதாகவும் அதனால் நோன்பாளியின் கூலியில் எந்தக் குறைவும் ஏற்படாது என்றும் நபியவர்கள் கூறினார்கள். எனவே, இந்நாட்களில் அதிகம் அடுத்தவர்களை நோன்பு திறக்கச் செய்வதிலும் கவனம் செலுத்துதல் மிகவும் நன்மை தரும் செயலாகும்.

கியாமுல்லை அல்லது தராவீ எனும் இரா வணக்கத்தில் ஈடுபடல்:

கியாமுல்லை, தராவீஹ் போன்ற பெயர்களில் அழைக்கப்படும் இராவணக்கம் நோன்பு காலங்களில் இஷாத் தொழுகையின் பின்னர் அல்லது சற்று நேரம் உறங்கி எழுந்து தொழும் தொழுகையைக் குறிக்கின்றது. அது ரமழான் காலத்திற்கு மாத்திரம் உரிய அமலல்ல என்றாலும் ரமழானில் அதில் அதிகம் ஈடுபடுவது மிகவும் விருப்பத்திற் குரிய விடயமாகும். ஈமானுடனும் கூலி கிடைக்கும் என்ற எண்ணத்துடனும் ஒருவர் ரமழானின் இரவு நேரங்களில் நின்று வணங்குவது முன் சென்ற பாவங்கள் மன்னிக்கப் படுவதற்கு வழிவகுக்கும் என நபி (ஸல்) அவர்கள் குறிப்பிடுகிறார்கள்.

நபியவர்கள் நோன்பு, நோன்பு அல்லாத கால இரவுகளில் 11ரக்அத்துக்களையே தொழுதார்கள் என ஹதீஸ்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. அதன் ஒவ்வொரு ரக்அத்தையும் நீட்டி நிதானமாக ஆறுதலாக நேரமெடுத்து நிறைவேற்றுபவராக நபியவர்கள் இருந்தார்கள். அதன் நிலை, ருகூஉ, ஸுஜூது என்பவற்றை நீட்டி அதிகமாக துஆக்களை, அஸ்கார்களை ஓதுவது முக்கியமானதாகும். ஆறுதலாக நேரமெடுத்து நிறை வேற்ற வேண்டிய தராவீஹ் தொழுகையை அவசரமாக விரைவாக நிறைவேற்றுவதைத் தவிர்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

நபியவர்கள் தொழுததைவிடவும் அதிகமான ரக்அத்துக்களை தொழ முடியுமா? முடியாதா? என்ற வாதப்பிரதி வாதங்களுக்கு அப்பால் நபியவர்கள் செய்ததாக வந்துள்ள

எண்ணிக்கையில் எல்லோரும் ஒற்றுமைப்பட்டு அவர் தொழுமாறு வழிகாட்டிய முறையில் தொழுவதற்கு முயற்சி எடுக்க வேண்டும் என்பதே பொருத்தமானதாகும்.

தூக்கம்:

இஷாத் தொழுகைக்கு முன்னர் தூங்குவதோ, அதன் பின்பு மார்க்கத்தில் அனுமதிக்கப்பட்ட காரணங்களுக்காக அல்லாமல் விழித்திருப்பதோ மார்க்கத்தில் தடை செய்யப்பட்டதாகும். எனவே, முடியுமானவரை நேரத்தோடு தூங்கி நேரத்தோடு விழிதெழும்புவதற்கு முயற்சிக்க வேண்டும்.

தூக்கம் உடலுக்கும் ஆன்மாவுக்கும் தீனிபோட இறைவனால் வழங்கப்பட்ட அருட்கொடையாகும். அதை முறையாக நிறைவேற்றினால் வணக்கமாக மாற்றிக்கொண்டு அதன் மூலம் கிடைக்கும் முழுப் பயனையும் அடைந்துகொள்ளலாம்.

தூங்கும்போது கவனிக்க வேண்டியவை....

- நெருப்பு, விளக்கை அணைத்தல்.
- கதவை மூடி, பிஸ்மில்லாஹ் என்று அல்லாஹ்வின் பெயரை உச்சரித்தல்.
- பாத்திரங்களை மூடுதல்.
- தொழுகைக்கு வுழு செய்வதைப் போன்று வுழு செய்து கொள்ளல்.
- விரிப்பை சுத்தம் செய்தல், அதில் அல்லாஹ்வின் பெயரைக் கூறுதல்.
- குல் ஸூறாக்கள் மூன்றினையும் மூன்று முறை ஓதி இரு கைகளிலும் ஊதி தலையிலிருந்து முகம் கால்வரை உடலின் முற்பகுதியில் மூன்று முறை தடவுதல்.

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ (1) اللَّهُ الصَّمَدُ (2) لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ (3) وَلَمْ يَكُن لَّهُ كُفُوًا أَحَدٌ (4)

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (1) مِن شَرِّ مَا خَلَقَ (2) وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ (3) وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ (4) وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ (4)

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (1) مَلِكِ النَّاسِ (إِ2)?هِ النَّاسِ (3) مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ (4) الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (5) مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ

- ➢ தூக்கத்திற்கு செல்லும் முன் நபியவர்கள் ஓதியதாக வந்துள்ள துஆக்களை ஓதுதல்.

آمَنَ الرَّسُــــولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ ۚ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُــلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُــلِهِ ۚ وَقَالُوا سَــمِعْنَا وَأَطَعْنَا ۖ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ، لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۖ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۚ أَنتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ.

اللّهُ لاَ إِلَـهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلاَ نَوْمٌ لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلاَ يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَاء وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ وَلاَ يَؤُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ.

قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ (1) لَا أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ (2) وَلَا أَنتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ (3) وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَّا عَبَدتُّمْ (4) وَلَا أَنتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ (5) لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ(6)

بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتُ جَنْبِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

(பிஸ்மிக ரப்பி வழஃது ஜம்பீ வ பிக அர்பஉஹு, இம் அம்ஸக்த நப்ஸீ பர்ஹம்ஹா, வயின் அர்ஸல்தஹா பஹ்பழ்ஹா பிமா தஹ்பழு பிஹி இபாதகஸ்ஸாலிஹீம்)

بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وأَحْيَا

(பிஸ்மிகல்லாஹும்ம அமூது வ அஹ்யா)

➢ வலது கன்னத்தின் கீழே வலது கையை வைத்து வலது பக்கமாக தூங்குதல். அந்நேரம் பின்வரும் துஆவினை ஓதுவது ஸுன்னத்தாகும்.

اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لا مَلْجَأَ وَلا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ.

(அல்லாஹும்ம அஸ்லம்து நப்ஸீ இலைக், வ பவ்வழ்து அம்ரீ இலைக், வ அல்ஜஃது ழஹ்ரீ இலைக ரக்பதன் வ ரஹ்பதன் இலைக், லா மல்ஜஅ வலா மன்ஜா மின்க இல்லா இலைக், ஆமன்து பி கிதாபிகல்லஸீ அன்ஸல்த வ பி நபிய்யிகல்லஸீ அர்ஸல்த.)

- வயிற்றை தரையில் வைத்து குப்புறத் தூங்குவது கூடாது.
- தொடக்கோடு தூங்க நேர்ந்தால் அபத்தைக் கழுவி, வுழு செய்து கொண்டு தூங்குவது ஸுன்னத்தாகும்.
- தூக்கத்தின் இடையில் விழித்தெழுந்தால் பின்வரும் துஆவை ஓதுவது ஸுன்னத்தாகும்.

لاَ إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، الْحَمْدُ لِلَّهِ، وَسُبْحَانَ اللَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

(லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு லஹுல் முல்கு வலஹுல் ஹம்து வஹுவ அலா குல்லி ஷெய்யின் கதீர், அல்ஹம்துலில்லாஹ், வ ஸுப்ஹானல்லாஹ், வலா இலாஹ இல்லல்லாஹ், வல்லாஹு அக்பர், வலா ஹவ்ல வலா குவ்வத இல்லா பில்லாஹ்.)

இவ்வாறு கூறியதன் பின்பு பிரார்த்தித்தால் அந்தப் பிரார்த்தனை ஏற்றுக்கொள்ப்படும் என்பது நபி மொழியாகும். எனவே, இதன்படி தூக்கத்தில் திடீரென்று ஒருவர் கண் விழிப்பதும் இறைவன் அவருக்குச் செய்யும் அருளாக காணப்படுகின்றது.

- தூங்கி எழுந்ததும் பின்வரும் துஆவினை ஓதுதல்.

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

(அல்ஹம்துலில்லாஹில்லஸீ அஹ்யானா ப∴.தமா அமாதனா வ இலைஹின் னுஷுர்)

ரமழானில் அதிகம் செய்ய வேண்டிய சில வணக்க வழிபாடுகள்:

01. பர்ளுத் தொழுகைகளை முன்பின் ஸுன்னத்துக்களுடன் நேரத்திற்கு ஜமாஅத்தாக நிறைவேற்றல்.

தொழுகை நேரம் குறிக்கப்பட்ட கடமையாகும், அதை குறித்த நேரத்தில் நிறைவேற்றுவதே மிகச் சிறந்த அமலாகும், ஒரு மனிதனிடம் முதலில் கேட்க்கப்படும் கேள்வி தொழுகையைப் பற்றியதுதான் அதற்கு அவன் சரியான பதிலளித்துவிட்டால் அதைத் தொடர்ந்து வரும் அனைத்துக் கேள்விகளுக்கும் அவன் இலகுவாக பதிலளித்துவிடுவான். முஸ்லிம்களுக்கும் முஸ்லிம் அல்லாதவர்களுக்கும் இடையில் உள்ள வேறுபாடு தொழுகையாகும். அதை விட்டவனுக்கு இஸ்லாத்தில் பங்கில்லை. தொழாதவர்களை தொழுபவர்களுடன் சேர்த்து அவர்களின் மையவாடிகளில் அடக்கம் செய்யக் கூடாது என்பது இஸ்லாமிய அறிஞர்களின் போதனையாகும்.

ரமழான் அதிக நன்மைகள் செய்வதற்கான பருவ காலமாகும் இதில் பர்ளுத் தொழுகைகளை நேரத்திற்கு நிறைவேற்றாமல் விடுவது மிகப்பெரும் கைசேதத்தையும் அழிவையும் பெற்றுத் தரக்கூடியதாகும். எனவே, தொழுகைகளை நேரத்திற்கு நிறைவேற்றுவதற்கு முயற்சிப்பதும் அதை பயபக்தியுடன் முறையாகச் செய்வதும் கடமையாகும்.

பர்ளுத் தொழுகைகளில் ஏதாவது குறைபாடுகள் இருப்பின் அல்லாஹ் அடியார்களின் சுன்னத்தான தொழுகைகளைக் கொண்டு அதை சீர் செய்கின்றான், பர்ளுத் தொழுகையில் குறைவிட்டவனுக்கு ஸுன்னத்தான தொழுகைகள் இருக்கிறதா? என்று பார்க்குமாறும் அவ்வாறிருப்பின் அதைக் கொண்டு பர்ளுக்கான நன்மையை பூரணப்படுத்துமாறும் இறைவன் ஏவுகின்றான். அதனால் பர்ளுத் தொழுகைகளுக்கு முன்னால், பின்னால் உள்ள ஸுன்னத்துக்களை நிறைவேற்றுவதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். ஸுன்னத்தான தொழுகைகளில் கவனம் செலுத்துவது பர்ளுத் தொழுகையை முறையாகத் தொழுவற்கான முற்கூட்டிய ஏற்பாடாகும், பர்ளுத் தொழுகையில் மனதை ஒரு முகப்படுத்துவதற்கான பயிற்சியையும் மன ஆறுதலையும் அது வழங்குகின்றது.

அதானுக்கும் இகாமத்திற்கும் இடைப்பட்ட நேரம் பிரார்த்தனை அங்கீகரிக்கப்படும் நேரமாகும். எனவே, ஒருவர் முன் ஸுன்னத்தை நிறைவேற்றுவது பிரார்த்தனை அங்கீகரிக் கப்படுவதற்கான சந்தர்ப்பத்தை அவருக்கு பெற்றுக் கொடுக்கின்றது.

02. பிரார்த்தனை செய்தல்:

மனிதன் இறைவனின் அடிமை என்பதை உறுதிப்படுத்தும் ஒரு சாதனம் பிரார்த்தனையாகும், அது மனிதனின் கர்வம், அகங்காரம், இறுமாப்பு, பிடிவாதம் போன்ற குணங்களை அகற்றி சிறந்த மனிதனாக மாற்றக்கூடிய கருவியாகும்.

நபியவர்கள் தன் வாழ்நாளில் எல்லா சந்தர்ப்பங்களிலும் இறுதி மூச்சுவரை கைவிடாத ஒரு வணக்கம் பிரார்த்தனையாகும்.

இரக்கமுள்ள ரஹ்மான் பிரார்த்தனை செய்பவர்களை விரும்புகின்றான். பிரார்த்தனை செய்யாதவர்களை பெருமைக் காரர்கள் என்று குறிப்பிடுகின்றான்.

தேவைகள் இருந்தால் மாத்திரமே பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும் என்பதில்லை. ஏனைய வணக்க வழிபாடுகளைப் போன்று நாம் எல்லா நிலைகளிலும் செய்ய வேண்டிய ஒரு வணக்கமே பிரார்த்தனையாகும். நபியவர்கள் கற்பித்துக் கொடுத்த, கருத்துச் செறிவான குறைந்த வார்த்தைகளைக் கொண்ட பிரார்த்தனைகளை பாடமிட்டு ஓதிக்கொள்வது சிறப்புக்குரியதாகும்.

நோன்பாளி நோன்புடன் இருக்கும் நிலையில் அல்லாஹ்விடம் செய்யும் பிரார்த்தனை ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதற்கு மிகவும் தகுதியானதாகும். பிரார்த்தனையின் போது முதலில் அல்லாஹ்வைப் புகழ்ந்து பின்பு நபியவர்கள் மீது ஸலவாத்துச் சொல்லி பிறகு தனது தேவையைக் கேட்டால் அது ஏற்றுக் கொள்ளப்படும் என நபியவர்கள் கூறினார்கள்.

பிரார்த்தனை செய்யும்போது கண்டிப்பாக அல்லாஹ் நம் வேண்டுதலை ஏற்றுக்கொள்வான் என்ற உறுதியான நம்பிக்கையுடனும் கேட்கும் போது உறுதியாகவும் கேட்க வேண்டும், அழுது கெஞ்சி திரும்பத் திரும்ப மன்றாடிக் கேட்க வேண்டும், பிரார்த்தனை ஏற்றுக்கொள்ளப்படும் நேரத்தை அறிந்து அதில் அதிகமாக முயற்சிக்க வேண்டும்.

ஒருவர் அல்லாஹ்விடம் கையேந்தினால் அக்கையை வெறுங்கையாக தட்டிவிட அல்லாஹ் வெட்கப்படுவதாக நபி (ஸல்) அவர்கள் கூறினார்கள். சிலபோது நாம் கேட்பதை

அல்லாஹ் கொடுக்கிறான் சிலபோது கேட்பதை விடவும் நல்லதைக் கொடுக்கிறான், அல்லது அதற்கு பதிலாக நமக்கு வர இருந்த துன்பத்திலிருந்து நம்மைப் பாதுகாக்கிறான், சிலபோது அந்தப் பிரார்த்தனைகள் அனைத்தையும் குறித்த அடியானுக்கு மறுமையில் வழங்குவதற்காக சேமித்து வைக்கிறான். எனவே, ஏதோவொரு வகையில் முறையாகச் செய்யப்படும் எல்லாப் பிரார்த்தனைகளும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன.

நபியவர்கள் செய்த சில பிரார்த்தனைகள்:

للَّهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுகல் அப்வ வல் ஆபியா)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنَ الْخَيْرِ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّرِّ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا سَأَلَكَ عَبْدُكَ وَنَبِيُّكَ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا عَاذَ بِهِ عَبْدُكَ وَنَبِيُّكَ اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ وَأَسْأَلُكَ أَنْ تَجْعَلَ كُلَّ قَضَاءٍ قَضَيْتَهُ لِي خَيْرًا.

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுக மினல் ஹைரி குல்லிஹி ஆஜிலிஹி வ ஆஜிலிஹி மா அலிம்து மின்ஹு வமா லம் அ.்.லம் வ அஊஸு பிக மினஷ்ஷர்ரி குல்லிஹி ஆஜிலிஹி வ ஆஜிலிஹி மா அலிம்து மின்ஹு வமா லம் அ.்.லம் அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுக மின் ஹைரி மா ஸஅலக அப்துக வ நபிய்யுக, வ அஊஸு பிக மின் ஷர்ரி மா ஆஸ பிஹி அப்துக வ நபிய்யுக. அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுகல் ஜன்னத வமா கர்ரப இலைஹா மின் கவ்லின் அவ் அமல், வ அஊஸு பிக மினன் னாரி வமா கர்ரப இலைஹா மின் கவ்லின் அவ் அமல் வ அஸ்அலுக அன் தஜ்அல குல்ல கழாயின் கழைதஹு லீ ஹைரா.)

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

(ரப்பனா ஆதினா பித்துன்யா ஹஸனதன் வ பில் ஆஹிரதி ஹஸனதன் வ கினா அஸாபன்னார்)

يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ

(யா முகல்லிபல் குலூப் ஸப்பித் கல்பீ அலா தீனிக)

اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا وَلاَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ فَاغْفِرْ لِي مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ وَارْحَمْنِي إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.

(அல்லாஹும்ம இன்னீ ழலம்து நப்ஸீ ழுல்மன் கஸீரா,

வலா யெ.ஃ.பிருஸ்ஸுநூப இல்லா அன்த, ப.ஃ.பிர்லீ ம.ஃ. பிரதன் மின் இன்திக வர்ஹம்னீ, இன்னக அன்தல் கபூருர் ரஹீம்)

اللَّهُمَّ إنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمن عَذَابِ النَّارِ وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَسِيحِ الدَّجَّالِ .

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊதுபிக மின் அதாபில் கப்ரி, வ மின் அதாபின்னாரி, வமின் பித்னதில் மஹ்யா வல் மமாதி, வமின் பித்னதில் மஸீஹித் தஜ்ஜால்)

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

(அல்லாஹும்ம இன்னக அபுவ்வுன் துஹிப்புல் அப்வ ப.ஃ. பு அன்னீ)

اللَّهُمَّ اجْعَلْ فِيْ قَلْبِيْ نُوْرًا، وَفِيْ بَصَرِيْ نُوْرًا، وَفِيْ سَمْعِيْ نُوْرًا، وَعَنْ يَمِيْنِيْ نُوْرًا، وَعَنْ يَسَارِيْ نُوْرًا، وَفَوْقِيْ نُوْرًا، وَتَحْتِيْ نُوْرًا، وَأَمَامِيْ نُوْرًا، وَخَلْفِيْ نُوْرًا، وَاجْعَلْ لِيْ نُوْرًا.

(அல்லாஹும்மஜ்அல் பீ கல்பீ நூரா, வபீ பஸரீ நூரா, வ பீ ஸம்ஈ நூரா வ அன் யெமீனீ நூரா, வ அன் யெஸாரீ நூரா, வ பவ்கீ நூரா, வ தஹ்தீ நூரா, வ அமாமீ நூரா, வ ஹல்பீ நூரா, வஜ்அல் லீ நூரா.)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ، وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ.

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மினல் ஹம்மி வல் ஹஸன், வல் அஜ்ஸி வல் கஸல், வல் ஜுப்னி வல் புஹ்லி, வழலயித் தைனி, வ கலபதிர் ரிஜால்)

رَبِّ اغْفِرْ لي خَطِيئَتي وجَهْلِي، وإسْرَافِي في أمْرِي كُلِّه، وما أنْتَ أعْلَمُ به مِنِّي، اللَّهُمَّ اغْفِرْ لي خَطَايَايَ، وعَمْدِي وجَهْلِي وهَزْلِي، وكُلُّ ذلكَ عِندِي، اللَّهُمَّ اغْفِرْ لي ما قَدَّمْتُ وما أخَّرْتُ، وما أسْرَرْتُ وما أعْلَنْتُ، أنْتَ المُقَدِّمُ وأنْتَ المُؤَخِّرُ، وأنْتَ علَى كُلِّ شيءٍ قَدِيرٌ.

(ரப்பிஹ்பிர் லீ கதீஅதீ வ ஜஹ்லீ, வ இஸ்ராபீ பீ அம்ரீ குல்லிஹி, வமா அன்த அஃலமு பிஹி மின்னீ, அல்லாஹும் மஃபிர் லீ கதாயாய, வஅம்தீ வ ஜஹ்லீ வ ஹஸ்லீ, வ குல்லு ஸாலிக இன்தீ, அல்லாஹும் மஃபிர் லீ மா கத்தம்து வமா அஹ்ஹர்து வமா அஸ்ரர்த்து வமா அஃலன்து, அன்தல் முகத்திமு வ அன்தல் முஅஹ்ஹிரு, வ அன்த அலா குல்லி ஷய்யின் கதீர்)

اللهمَّ إنِّي أعُوذُ بِكَ مِنْ جَهْدِ الْبَلَاءِ، وَدَرَكِ الشَّقَاءِ وَسُوءِ الْقَضَاءِ، وَشَمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மின் ஜஹ்தில் பலாயி, வதரகிஷ் ஷகாயி, வ ஸூயில் கழாயி, வ ஷமாததில் அ.'.தாய்)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا عَمِلْتُ، وَمِنْ شَرِّ مَا لَمْ أَعْمَلْ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மின் ஷர்ரி மா அமில்து, வ மின் ஷர்ரி மா லம் அ.'.மல்)

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي, وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي, وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَاجْعَلِ الْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ.

(அல்லாஹும்ம அஸ்லிஹ் லீ தீனியல்லஸீ ஹுவ இஸ்மது அம்ரீ, வ அஸ்லிஹ் லீ துன்யாயல்லதீ பீஹா மஆஷீ, வ அஸ்லிஹ் லீ ஆஹிரதீ யல்லதீ இலைஹா மஆதீ, வஜ்அலில் ஹயாத ஸியாததன் லீ பீ குல்லி ஹைர், வஜ்அலில் மவ்த ராஹததன் லீ மின் குல்லி ஷர்)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى وَالتُّقَى وَالْعَفَافَ وَالْغِنَى

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுகல் ஹுதா வத்துகா வல் அபாப வல் கினா)

اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ العَجْزِ وَالكَسَلِ ، وَالْجُبْنِ، والبُخْلِ وَالهَرم، وعَذَاب الْقَبْر، اللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا، وَزَكِّهَا أَنْتَ خَيرُ مَنْ زَكَّاهَا، أَنْتَ ولِيُّهَا وَموْلاَهَا، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلمٍ لا يَنْفَعُ، ومِنْ قَلْبٍ لاَ يخْشَعُ، وَمِنْ نَفْسٍ لاَ تَشبَعُ، ومِنْ دَعْوةٍ لا يُسْتجابُ لهَا.

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மினல் அஜ்ஸி வல் கஸலி, வல் ஜுப்னி, வல் புஹ்லி வல் ஹரம், வ அஸாபில் கப்ரி, அல்லாஹும்ம ஆதி நப்ஸீ தக்வாஹா, வ ஸக்கிஹா அன்த ஹைரு மன் ஸக்காஹா, அன்த வலிய்யுஹா வ மவ்லாஹா, அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மின் இலமின் லா யன்ப∴, வமின் கல்பின் லா யஹ்ஷ∴, வமின் நப்ஸின் லா தஷ்ப∴, வ மின் த∴வதின் லா யுஸ்தஜாபு லஹா)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِرِضَاكَ مِنْ سَخَطِكَ وَبِمُعَافَاتِكَ مِنْ عُقُوبَتِكَ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْكَ لاَ أُحْصِي ثَنَاءً عَلَيْكَ أَنْتَ كَمَا أَثْنَيْتَ عَلَى نَفْسِكَ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பி ரழாக மின் ஸஹதிக வபி முஆபாதிக மின் உகூபதிக வ அஊஸு பிக மின்க லா உஹ்ஸீ ஸனாஅன் அலைக அன்த கமா அஸ்னைத அலா நப்ஸிக.)

نَعُوْذُ بِاللهِ مِنَ الْفِتَنِ، مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ.

(அஊஸு பில்லாஹி மினல் பிதன், மா ழஹர மின்ஹா வமா பதன்)

اللَّهـمَّ ربَّ جبريـلَ وميكائيـلَ وإسـرافيلَ فـاطرَ السَّـمواتِ والأرضِ عـالِمَ الغيـبِ والشَّـهادةِ أنـتَ تحكـُمُ بيـنَ عبـادِكَ فيمـا كـانوا فيـهِ يختلِفـونَ اهـدِني لمـا اختُلِـفَ فـيهِ مـنَ الـحقِّ بإذنـِكَ إنـَّكَ تـهدي مـن تـشاءُ إلـى صِـراطٍ مسـتقيمٍ

(அல்லாஹும்ம ரப்ப ஜிப்ரீல வ மீகாயீல வ இஸ்ராபீல பாதிரஸ்ஸமாவாதி வல் அர்ழி ஆலிமல் கைபி வஷ்ஷஹாததி அன்த தஹ்குமு பைன இபாதிக பீமா கானூ பீஹி யஹ்தலிபூன், இஹ்தினீ லிமஹ்துலிப பீஹி மினல்ஹக்கி பி இஸ்னிக இன்னக தஹ்தீ மன் தஷாஉ இலா ஸிராதின் முஸ்தகீம்.)

اللَّهُمَّ مُنْزِلَ الكِتَابِ، ومُجْرِيَ السَّحَابِ، وهَازِمَ الأَحْزَابِ، اهْزِمْهُمْ وانْصُرْنَا عَلَيْهِمْ

(அல்லாஹும்ம முன்ஸிலல் கிதாபி, வ முஜ்ரியஸ்ஸஹாப், வ ஹாஸிமல் அஹ்ஸாப், இஹ்ஸிம்ஹும் வன் ஸுர்னா அலைஹிம்.)

اللّٰهمّ عافني في بدني اللّٰهمّ عافني في سمعي اللّٰهمّ عافني في بصري لا إله إلّا أنت، اللّٰهمّ إنّي أعوذ بك من الكفر والفقر اللّٰهمّ إنّي أعوذ بك من عذاب القبر لا إله إلّا أنت

(அல்லாஹும்ம ஆபினீ பீ பதனீ, அல்லாஹும்ம ஆபினீ பீ ஸம்ஈ, அல்லாஹும்ம ஆபினீ பீ பஸரீ லாயிலாஹ இல்லா அந்த, அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மினல் குப்ரி, வல் பக்ரி, அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மின் அஸாபில் கப்ரி லா இலாஹ இல்லா அந்த.)

اللّٰهمّ إنّي أسألك العفو والعافية في الدّنيا والآخرة اللّٰهمّ إنّي أسألك العفو والعافية في ديني ودنياى وأهلي ومالي اللّٰهمّ استر عوراتي وآمن روعاتي واحفظني من بين يديّ ومن خلفي وعن يميني وعن شمالي ومن فوقي وأعوذ بك أن أغتال من تحتي

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுகல் அப்வ வல் ஆபியத பித்துன்யா வல் ஆஹிரா, அல்லாஹும்ம இன்னீ

அஸ்அலுகல் அப்வ வல் ஆபியத பீ தீனீ வ துன்யாய வ அஹ்லீ வ மாலீ, அல்லாஹும்மஸ்துர் அவ்ராதீ, வ ஆமின் ரவ்ஆதீ வஹ்பழ்னீ மிம் பைனி யெதய்ய வ மின் கல்பீ வ அன் யெமீனீ வ அன் ஷிமாலீ வ மின் பவ்கீ வ அஊஸு பிக அன் உ.்.தால மின் தஹ்தீ.)

رَبِّ، تقبّل تَوْبَتِيْ، وَاغْسِلْ حَوْبَتِيْ، وَأَجِبْ دَعْوَتِيْ، وَثَبِّتْ حُجَّتِيْ، وَسَدِّدْ لِسَانِيْ، وَاهْدِ قَلْبِيْ، وَاسْلُلْ سَخِيْمَةَ صَدْرِيْ.

(ரப்பி, தக்கப்பல் தவ்பதீ, வஹ்ஸில் ஹவ்பதீ, வஅஜிப் த.்.வதீ, வ ஸப்பித் ஹுஜ்ஜதீ, வ ஸத்தித் லிஸானீ, வ ஹ்தி கல்பீ, வஸ்லுல் ஸஹீமத ஸத்ரீ.)

اللَّهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ، وَالْجُنُوْنِ، وَالْجُذَامِ، وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ.

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மினல் பரஸி, வல் ஜுனூனி, வல் ஜுஸாமி, வமின் ஸய்யியில் அஸ்காம்)

اللَّهُمَّ إِنَّا نَجْعَلُكَ فِي نُحُورِهِمْ وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شُرُورِهِمْ

(அல்லாஹும்ம இன்னா நஜ்அலுக பீ நுஹுரிஹிம் வ நஊஸு பிக மின் ஷுரூரிஹிம்.)

اللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ فِعْلَ الْخَيْرَاتِ، وَتَرْكَ الْمُنْكَرَاتِ، وَحُبَّ الْمَسَاكِيْنِ، وَإِذَا أَرَدْتَ بِعِبَادِكَ فِتْنَةً، فَاقْبِضْنِيْ إِلَيْكَ غَيْرَ مَفْتُوْنٍ.

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஸ்அலுக பி.்.லல் ஹைராதி, வதர்கல் முன்கராத், வ ஹுப்பல் மஸாகீன், வ இஸா அரத்த பி இபாதிக பித்நதன், பக்பிழ்னீ இலைக கைர மஹ்தூன்.)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ مُنْكَرَاتِ الْأَخْلَاقِ، وَالْأَعْمَالِ، وَالْأَهْوَاءِ

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மின் முன்கராதில் அஹ்லாக், வல் அ.்.மாலி, வல் அஹ்வா.்.)

اللّٰهُمَّ انْفَعْنِيْ بِمَا عَلَّمْتَنِيْ، وَعَلِّمْنِيْ مَا يَنْفَعُنِيْ، وَزِدْنِيْ عِلْمًا

(அல்லாஹும் மன்ப.்.னீ பிமா அல்லம்தனீ, வ அல்லிம்னீ மா யென்பஉனீ, வஸித்னீ இல்மா)

اللَّهُمَّ لاَ سَهْلَ إِلاَّ مَا جَعَلْتَهُ سَهْلًا، وَأَنْتَ تَجْعَلُ الْحَزْنَ إِذَا شِئْتَ سَهْلًا

(அல்லாஹும்ம லா ஸஹ்ல இல்லா மா ஜஅல்தஹு ஸஹ்லா, வ அந்த தஜ்அலுல் ஹஸ்ன இஸா ஷி.்.த ஸஹ்லா)

اللَّهُمَّ اكْفِنِي بِحَلاَلِكَ عَنْ حَرَامِكَ وَأَغْنِنِي بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ

(அல்லாஹுஃமக்பினீ பி ஹலாலிக அன் ஹராமிக வ அஹ்னினீ பி பழ்ழிக அம்மன் ஸிவாக்)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ وَأَسْأَلُكَ أَنْ تَجْعَلَ كُلَّ قَضَاءٍ قَضَيْتَهُ لِي خَيْرًا

(அல்லாஹுஃம்ம இன்னீ அஸ்அலுகல் ஜன்னத வமா கர்ரப இலைஹா மின் கவ்லின் அவ் அமல் வ அஊஸு பிக மினன்னாரி வமா கர்ரப இலைஹா மின் கவ்லின் அவ் அமல் வ அஸ்அலுக அன் தஜ்அல குல்ல கழாயின் கழைதஹு லீ ஹைரா.)

اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيْنَا الإِيمَانَ، وَزَيِّنْهُ فِي قُلُوبِنَا، وَكَرِّهْ إِلَيْنَا الكُفْرَ وَالفُسُوقَ وَالعِصْيَانَ، وَاجْعَلْنَا مِنَ الرَّاشِدِينَ

(அல்லாஹுஃம்ம ஹப்பிப் இலைனல் ஈமான, வ ஸய்யின் ஹு பீ குலூபினா, வ கர்ரிஹ் இலைனல் குப்ர வல் புஸுக வல் இஸ்யான், வஜ்அல்னா மினர் ராஷிதீன்.)

اللَّهُـمَّ تَوَفَّنَـا مُسْـلِمِينَ، وَأَحْيِنَـا مُسْـلِمِينَ، وَأَلْحِقْنَـا بِالصَّـالحينَ، غَـيرَ خَزَايَـا وَلا مَفْتُـونِينَ

(அல்லாஹும்ம தவப்பனா முஸ்லிமீன், வ அஹ்யினா முஸ்லிமீன், வ அல்ஹிக்னா பிஸ்ஸாலிஹீன், கைர ஹஸாயா வலா மப்தூனீன்.)

01. காலை, மாலை திக்ருகளை ஓதுதல்:

உடம்பின் இயக்கத்திற்கு உணவு தேவைப்படுவதைப் போலவே உள்ளத்தின் சீரான இயக்கத்திற்கு திக்ருகள் அவசியமாகின்றன, காலை மாலை திக்ருகளின் மூலம் ஒரு முஸ்லிம் இறைவனின் பாதுகாப்பையும் உள அமைதியையும் அதிக நன்மைகளையும் பெற்றுக்கொள்வதைப் போலவே, கவலைகள் நீங்கி ஷைத்தானை விரட்டி இறை அருளையும் பெற்று வாழ்க்கையை ஒழி மயமானதாக ஆக்கிக் கொள்கிறான்.

எனவே, காலையிலும் மாலையிலும் நபியவர்கள் ஓதியதாக வந்துள்ள பிரார்த்தனைகளை ஓதிக்கொள்ள வேண்டும்.

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ للهِ، وَالْحَمْدُ للهِ، لاَ إِلَهَ إلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَ شَـرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيرَ مَا بَعْدَهُ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَـرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَـرِّ مَا

بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

(அஸ்பஹ்னா வ அஸ்பஹல் முல்கு லில்லாஹ், வல் ஹம்துலில்லாஹ், லா இலாஹ இல்லல்லாஹ் வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு, லஹுல் முல்கு வ லஹுல் ஹம்து வஹுவ அலா குல்லி ஷெய்யின் கதீர், ரப்பி அஸ்அலுக ஹைர மா பீ ஹாஸல் யெவ்மி வ ஹைர மா ப.்.தஹு, வ அஊஸி பிக மின் ஷர்ரி மா பீ ஹாஸல் யெவ்மி வ ஷர்ரி மா ப.்.தஹு, ரப்பி அஊஸு பிக மினல் கஸலி வ ஸுயில் கிபர், ரப்பி அஊஸு பிக மின் அஸாபின் பிந்நாரி வ அஸாபின் பில் கப்ர்.)

குறிப்பு: மாலையில் أَصْـبَحْنَا وَأَصْـبَحَ الْمُلْـكُ لِلَّـهِ، (அஸ்பஹ்னா வ அஸ்பஹல் முல்கு லில்லாஹ்) என்பதற்குப் பதிலாக أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلّهِ (அம்ஸைனா வ அம்ஸல் முல்கு லில்லாஹ்) என்று கூறுதல் வேண்டும்.

اللّـهُ لاَ إِلَـهَ إِلاَّ هُوَ الْحَـيُّ الْقَيُّومُ لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلاَ نَوْمٌ لَّهُ مَـا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَـا فِي الأَرْضِ مَـن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَـا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَـا خَلْفَهُمْ وَلاَ يُحِيطُونَ بِشَـيْءٍ مِّنْ عِلْمِـهِ إِلاَّ بِمَـا

السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ وَلاَ يَؤُودُهُ
حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ.

(அல்லாஹு லாயிலாஹ இல்லா ஹுவல் ஹய்யுல் கய்யூம் லா த∴குதுஹு ஸினதுன் வலா நவ்முன் லஹு மாபிஸ்ஸமா வாதி வமா பில் அர்ழ், மன் தல்லஸி யெஷ்பஉ இன்தஹு இல்லா பி இஸ்னிஹி யெ∴லமு மா பைன அய்தீஹிம் வமா கல்பஹும் வலா யுஹீதூன பிஷெய்யின் மின் இல்மிஹி இல்லா பிமா ஷாஅ வஸிஅ குர்ஸிய்யுஹுஸ் ஸமாவாதி வல அர்ழி வலா யெஊதுஹு ஹிப்ழுஹுமா வஹுவல் அலிய்யுல் அழீம்.)

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ (1) اللَّهُ الصَّمَدُ (2) لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ (3) وَلَمْ يَكُن لَّهُ كُفُوًا أَحَدٌ (4)

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (1) مِن شَرِّ مَا خَلَقَ (2) وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ (3) وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ (4) وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ (4)

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (1) مَلِكِ النَّاسِ (2) إِلَهِ النَّاسِ (3) مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ (4) الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (5) مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ (6)

இம்மூன்று ஸூராக்களையும் மூன்று தடவைகள் ஓத வேண்டும்.

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا ، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ.

(அல்லாஹும்ம பிக அஸ்பஹ்னா வ பிக அம்ஸைனா, வ பிக நஹ்யா, வ பிக நமூது வ இலைகந்நுஸூர்.)

குறிப்பு: மாலையாயின் اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا (அல்லாஹும்ம பிக அஸ்பஹ்னா வ பிக அம்ஸைனா) என்பதற்கு பதிலாக اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا ، وَبِكَ أَصْبَحْنَا (அல்லாஹும்ம பிக அம்ஸைனா வ பிக அஸ்பஹ்னா) என்று ஓதுதல் வேண்டும்.

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ – صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ –، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفاً مُسْلِماً وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ.

(அஸ்பஹ்னா அலா பித்ரதில் இஸ்லாம், வ அலா கலிமதில் இஹ்லாஸ், வ அலா தீனி நபிய்யினா முஹம்மதின் (ஸல்), வ அலா மில்லதி அபீனா இப்ராஹீம, ஹனீபன் முஸ்லிமன் வமா கான மினல் முஷ்ரிகீன்.)

குறிப்பு: மாலை நேரத்தில் أَصْبَحْنا (அஸ் பஹ் னா) என்பதற்கு பதிலாக أَمْسَـ...يْنَا (அம் ஸைனா) என்று குறிப்பிடல் வேண்டும்.

سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ. (3)

(ஸுப்ஹானல்லாஹ் வ பி ஹம்திஹி, அதத கல்கிஹி, வ ரிழா நப்ஸிஹி, வ ஸினத அர்ஷிஹி, வ மிதாத கலிமாதிஹி (3தடவைகள்))

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (3)

(பிஸ்மில்லாஹில்லஸி லா யெழுர்ரு மஅஸ்மிஹி ஷெய்உன் பில் அர்ழி வலா பிஸ்ஸமாயி வஹுவஸ் ஸமீஉல் அலீம். (3தடவைகள்))

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ. (100)

(ஸுப்ஹானல்லாஹி வபி ஹம்திஹி (100தடவைகள்))

لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ، وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. (100)

(லாயிலாஹ இல்லல்லாஹு வஹ்தஹு லா ஷரீக லஹு, லஹுல் முல்கு வலஹுல் ஹம்து, வஹுவ அலா குல்லி ஷையின் கதீர் (100தடவைகள்))

يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ أَصْلِحْ لِي شَأْنِيَ كُلَّهُ وَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ.

(யா ஹய்யு யா கய்யூம் பி ரஹ்மதிக அஸ்தகீஸு அஸ்லிஹ் லீ ஷ.்.னீ குல்லஹு வலா தகில்னீ இலா நப்ஸீ தர்பத ஐன்)

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لاَ يَغْفِرُ الذُّنوبَ إِلاَّ أَنْتَ.

(அல்லாஹும்ம அன்த ரப்பீ லாஇலாஹ இல்லா அன்த, ஹலக்தனீ வ அன அப்துக, வ அன அலா அஹ்திஹிக வ வ.்.திக மஸ்தத.்.து, அஊஸு பிக மின் ஷர்ரி மா ஸன.்.து, அபூஉ லக பி நி.்.மதிக அலய்ய, வ அபூஉ பி ஸம்பீ ப.்.பிர் லீ ப இன்னஹு லா யெ.்.பிருஸ்ஸுனூப இல்லா அன்த.)

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. (3)

(அல்லாஹும்ம ஆபினீ பி பதனீ, அல்லாஹும்ம ஆபினீ பீ ஸம்ஈ, அல்லாஹும்ம ஆபினீ பீ பஸரீ, லாயிலாஹ இல்லா அன்த. (3தடவைகள்))

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالفَقْرِ،
وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ القَبْرِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ (3)

(அல்லாஹும்ம இன்னீ அஊஸு பிக மினல் குப்ரி, வல் பக்ரி, வ அஊஸு பிக மின் அஸாபில் கப்ரி, லாயிலாஹ இல்லா அந்த. (3தடவைகள்))

اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ
فَمِنْكَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

(அல்லாஹும்ம மா அஸ்பஹ பீ மின் நி.ஃ.மதின் அவ் பிஅஹதின் மின் ஹல்கிக வமின்க வஹ்தக லா ஷரீக லக, பலகல் ஹம்து வலகஷ்ஷுக்ர்)

குறிப்பு: மாலையாயின் أَصْبَحَ (அஸ்பஹ) என்பதற்கு பதிலாக أَمْسَى (அம்ஸா) என்று குறிப்பிடல் வேண்டும்.

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ العَظِيمَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ. (100)

(அஸ்தஹ்பிருல்லாஹல் அழீம் வ அதூபு இலைஹ் (100தடவைகள்)

23ஆண்டுகளாக நபி (ஸல்) அவர்களுக்கு அல்லாஹ்வால் ஜிப்ரீல் (அலை) அவர்களின் ஊடாக இறக்கப்பட்ட அல்லாஹ்வின் பேச்சே அல்குர்ஆன் ஆகும். அதைப் பாதுகாக்கும் பொறுப்பை அல்லாஹ் ஏற்றுக்கொண்டுள்ளான். அதனால் உலகம் அழியும் வரை அது எத்தனை எதிர்ப்புக்களை சந்தித்தாலும் நபியவர்களின் காலத்தில் இருந்ததைப் போல அப்படியே இருக்கும்.

மனித குலம் விலங்குகளைப் போன்று வாழாமல் மனிதர்களாக வாழ்வதற்கான வழிகாட்டல்களை வழங்குவதற்காக இறக்கப்பட்ட இவ்வேதம் ரமழான் மாதத்திலே இறக்கப்பட்டது. அதனாலேயே இம்மாதம் சிறப்புப் பெறுகிறது. இம்மாதத்தில் அல்குர்ஆன் இறக்கப்பட்ட இரவை அல்லாஹ் ஆயிரம் மாதங்களை விடவும் சிறந்த இரவு என்று சொல்வதன் மூலம் இந்தக் குர்ஆனின் முக்கியத்துவம் அதன் சிறப்புக்களும் உணர்த்தப்படுகின்றன.

அல்குர்ஆனில் ஒரு எழுத்தை ஓதுவதற்கு ஒன்று தொடக்கம் பத்து வரை நன்மை வழங்கப்படுகிறது என்று நபியவர்கள் சொன்னார்கள். அதிலும் கஸ்டப்பட்டு முயற்சி செய்து திக்கித் திக்கி ஓதுபவருக்கு இரட்டிப்பான நன்மை கிடைக்கிறது என்றார்கள்.

எக்காலத்திற்கும் பொருந்தும் அற்புத குர்ஆன் இறக்கி வைக்கப்பட்ட இந்த ரமழான் மாதத்தில் அதை அதிகமாக ஓத வேண்டும். ஓதத் தெரிந்தவர்கள் அதை முறையாக தஜ்வீத் முறைப்படி ஓதுவதற்கு பயிற்சி எடுக்க வேண்டும், ஓதத் தெரியாதவர்கள் முடியுமான, சாத்தியமான வழிகளில்

அதை ஓதுவதற்கு கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். நிச்சயமாக குர்ஆன் அதை ஓதி பின்பற்றியவர்களுக்காக நாளை மறுமையில் சிபார்சு செய்யவிருக்கின்றது. குர்ஆன் ஓதியவருக்கு அவரை மறுமையிலும் குர்ஆனை ஓத வைத்து அவர் எந்த இடத்தில் நிறுத்துகிறாரோ அதிலே அவரது சுவனத்தின் படித்தரத்தை அல்லாஹ் தீர்மானிக்க இருக்கின்றான். அல் பகரா அத்தியாயம் வீடுகளில் இருக்கும் ஷைத்தான்களை விரட்ட நல்லதொரு சாதணமாக இருப்பதைப் போலவே நாளை மறுமையில் அதுவும் ஆலு இம்ரான் அத்தியாயமும் முந்திக் கொண்டு குர்ஆனை ஓதி அதன்படி வாழ்ந்தவர்க ளுக்காக சிபார்சு செய்ய இருக்கின்றது. எனவே, இம்மகத்தான பேற்றை இந்த ரமழானில் பெறுவதற்கு நாம் முயற்சிப்போமாக.

அல்குர்ஆனின் மீது அளவிலா ஆர்வம் கொண்ட ஸஹாபாக்கள் மிகவும் குறைவாக அதை எத்தனை நாட்களில் ஓதி முடிக்கலாம் என நபியவர்களிடம் வினயபோது 3நாட்களுக்கும் குறைவான நாட்களில் குர்ஆனை ஓதி முடிக்க தடை விதித்தார்கள். எனவே, ஒரு நாளைக்கு பத்து ஜுஸ்உ அடிப்படையில் மூன்று நாட்களில் முடிக்கலாம், அல்லது பெரும்பான்மையான ஸஹாபாக்கள் செய்ததைப்போல ஒரு நாளைக்கு 8.5 ஹிஸ்புகளை ஓதி ஏழு நாட்களில் முடிக்கலாம், அல்லது ஒரு நாளைக்கு மூன்று ஜுஸ்உக்களை ஓதி பத்து நாட்களில் முடிக்கலாம், அல்லது ஒரு நாளைக்கு இரண்டு ஜுஸ்உக்களை ஓதி பதினைந்து நாட்களிலும் ஒரு ஜுஸ்வினை ஓதி முப்பது நாட்களிலும் முடிக்க முடியும்.

அல்குர்ஆனை ஓதுவது ரமழான், ரமழான் அல்லாத காலம் என்று எல்லாக் காலத்திலும் முக்கியமான ஒரு அமலாகும்.

அத்தோடு நோயாளிகள், வியாபாரிகள், அரச பாதுகாப்புப் பரிவில் கடமை புரிவோர் என்று சமூகத்தின் எத்தரப்பாராக இருப்பினும் குர்ஆனை முடியுமான அளவு ஓதிக்கொள்ளுமாறு அல்குர்ஆன் பணிக்கின்றது.

02. தர்மம் செய்தல்:

நோன்பு அடுத்தவர்களின் கஸ்டங்களை உணர்வதற்கான சிறந்த சர்ந்தர்ப்பமாகும், பகல் பொழுதை சாப்பிடாமலும் குடிக்காமலும் இச்சையைக் கட்டுப்படுத்தியும் வாழ்வதனால் அவற்றைப் பெற்றுக் கொள்ளாதவர்கள் படும் அவஸ்தையை மனிதன் உணர்ந்து கொள்கிறான். அதனால், அடுத்தவர்களின் துயர் துடைக்க முடியுமான வழிகளில் உதவுதல் வேண்டும்.

இஹ்லாஸோடு தேவையானவர்களுக்கு சிறிய அளவு தர்மம் செய்தாலும் பெரும் கூலியை அது பெற்றுத்தருவதோடு இம்மை மறுமையின் ஆபத்துக்களிலிருந்து நம்மைப் பாதுகாக்கின்றது. மனதின் இறுக்கத்தை உடைத்து கஞ்சத்தனத்தை இல்லாமல் செய்கிறது.

தேவையானவர்களைத் தேடி தர்மம் செய்வது நன்மைகளை அதிகம் பெறுவதற்கான வழியாகும். நாம் எவ்வளவு தர்மம் செய்கிறோம் என்பதை விடவும் என்ன நோக்கத்தில் யாருக்கு எந்த சூழ்நிலையில் தர்மம் செய்கிறோம் என்பதைப் பொருத்தே கூலியும் கூலியின் அளவும் வித்தியாசப் படுகின்றது. “ஈத்தம் பழத்தின் ஒரு கீற்றைக் கொடுத்தாயினும் நரக நெருப்பிலிருந்து உங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளுங்கள்.” என்று நபியவர்கள் கூறினார்கள், நரக விடுதலை வழங்கப்படும்

இந்த மாதத்தில் நரகத்தை விட்டும் நம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள தர்மத்தில் அதிக ஈடுபாடு காட்டுவோமாக.

செல்வந்தர்கள் மாத்திரமே தர்மம் செய்யலாம் என்றில்லை. செல்வம் இல்லாதவர்களும் தர்மம் செய்யலாம், அதற்கான வழிகளை நபியவர்கள் காட்டித் தந்தார்கள்: ஸுப்ஹானல்லாஹ், அல்ஹம்துலில்லாஹ், அல்லாஹு அக்பர், லாயிலாஹ இல்லல்லாஹ் சொல்வது, வாகனத்தில் பொருட்களை ஏற்றிவிட உதவுவது என்று அடுத்தவர்களுக்கு நம் உடலால் செய்யும் உதவிகளும் தர்மத்திற்கான நன்மைகளைப் பெற்றுததரக் கூடியதாகும்.

சிறந்த வார்த்தை கூட தர்மம்தான் என நபி (ஸல்) அவர்கள் குறிப்பிடுகிறார்கள். அடுத்தவர்களுக்கு ஆறுதலளிக்கும் விததத்தில் இஸ்லாமிய வரையறைகளைப் பேணி இனிய வார்த்தைகளைப் பரிமாறிக்கொள்வதும், அவரது உள்ளத்திற்கு புத்துயிர் கொடுத்து நம்பிக்கையூட்டுவதும், அடுத்தவரைப் பற்றிய நல்லெண்ணங்களை ஏற்படுத்த முயற்சிப்பதும் தர்மத்தின் பட்டியலில் உள்ளதாகும்.

எனவே, முடியுமான வழிகளில் இம்மாதத்தில் எம்மால் முடிந்த தர்மங்களை செய்வோமாக.

03. உறவுகளை சேர்ந்து வாழ்தல்:

உறவுகளை சேர்ந்து வாழ்வதும் அவர்களின் சுக துக்கங்களில் பங்கெடுத்துக் கொள்வதும் இஸ்லாத்தில் வலியுறுத்தப்பட்ட ஒரு விடயமாகும். குறிப்பாக திருமணம் முடிக்க தடைசெய்யப்பட்ட உறவுகள் மிகவும் முக்கியமானதாகும்.

அதனால் உடைந்த உறவுகளை ஒட்டிக்கொள்ளவும் புதிய உறவுகளை வளர்த்துக்கொள்ளவும் இந்த ரமழானை நல்ல சந்தர்ப்பமாக பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

வாழ்க்கையில் துன்பங்களைக் கடக்கவும் சோதனைகளில் வெற்றி பெறவும் அல்லாஹ்வின் அருளைப் பெற்றுக்கொள்ளவும் உணவில் பரகத்தையும், ஆயுளில் அதிகரிப்பையும் குடும்ப உறவுகளைச் சேர்ந்து வாழ்வதனால் பெற்றுக்கொள்வதோடு ஒற்றுமையான கட்டுக்கோப்பான சாந்தியும் சமாதானமும் நிறைந்த ஒரு சமூகத்தை உருவாகவும் அது துணை செய்கின்றது.

குடும்ப உறவுகளைச் சேர்ந்து வாழ்பவர்களை அல்லாஹ்வும் சேர்த்துக் கொள்கின்றான். அவற்றை துண்டித்து வாழ்பவர்களை அல்லாஹ்வும் துண்டித்து விடுகின்றான் என்று நபியவர்கள் சொன்னார்கள். வாரத்தில் இரண்டு நாட்கள் திங்கள் மற்றும் வியாளக்கிழமைகளில் அடியார்களின் அமல்கள் அல்லாஹ்விடம் எடுத்துக் காண்பிக்கப்படுகின்றன அனைவருக்கும் அல்லாஹ் மன்னிப்பளிக்கின்றான் ஆனால் தங்களுக்கு மத்தியில் பிரச்சனைகளை வளர்த்துக்கொண்டு ஒற்றுமையாக இல்லாதிருக்கும் சகோதரர்களை அப்படியே விட்டுவிடுகிறான். "அவர்கள் ஒற்றுமையாகும் வரை அவர்களை விட்டு விடுங்கள்" என்று சொல்கிறான் என நபி (ஸல்) அவர்கள் குறிப்பிடுகிறார்கள். எனவே, எமது பாவக்கறைகளை கழுக வந்திருக்கும் இந்த ரமழானின் பயனை அடைந்து கொள்ள குடும்பத்துடனான உறவுகளை சீர்செய்வதும் பலப்படுத்துவதும் முக்கியமானதாகும். குழப்பங்கள் இல்லாத குடும்பங்களையோ பிரச்சினைகள் இல்லாத மனிதர்களையோ காண முடியாது. ஒவ்வொருவரும்

வித்தியாசமான அடிப்படையில் அவைகளை அனுபவித்துக் கொண்டே இருக்கின்றார்கள். அவை அனைத்தையும் சரியாகப் புரிந்துகொண்டு சாமர்த்தியமாக நடந்து கொள்பவனே சிறந்தவனாகின்றான்.

பிரச்சினைப்பட்டுக்கொள்ளும் இருவருக்குள்ளே ஸலாம் சொல்லி முதலில் உறவைத் துவக்குபவனே சிறந்தவனாவான் என்பது நபியவர்களின் போதனையாகும், எனவே, வெற்றி தோல்வி, இலாபம் நஸ்டம் எனும் கணக்குகளுக்கு அப்பால் நாங்கள் எல்லோரும் வெற்றியாளர்களே, உயர்ந்தவர்களே என்ற பொதுவுடமைத் தத்துவம் குடும்பங்களில்தான் பின்பற்றப்படவேண்டும்.

உறவுகளை சேர்த்து வாழ்வது வாஜிபாகும் துண்டித்து வாழ்வது பெரும்பாவங்களில் ஒன்றாகும், அடுத்தவர் சேர்ந்தால்தான் நானும் சேர்ந்து வாழ்வேன் அவர் வேண்டாது என்று பார்க்கும்போது நான் மட்டும் ஏன் அவரது உறவு வேண்டும் என்று நினைக்கவேண்டும் நான் ஏன் அவரிடம் இறங்கிப் போக வேண்டும் என்று நினைப்பது ஷைத்தானியத் தானதாகும். உறவுகள் தள்ளி வைக்கும் நேரம், சேர்க்காத போது சேர்ந்து வாழ்பவனே உறவுகளை சேர்த்து வாழ்பவன் என்பது நபியவர்களின் போதனையாகும்.

சந்திப்புக்கள், தொலைபேசி அழைப்புக்கள், சந்தோசமான, துக்கமான வேளைகளில் கலந்துகொள்ளல், கஸ்டங்களைப் போக்குதல், குடும்பங்களுக்குள் வரும் குழப்பங்கள், சண்டை சச்சரவுகளின் போது தலையிட்டு சமாதானப்படுத்தல், பெரியவர்களை மதித்தல், சிறியவர்களுக்கு இரக்கம் காட்டுதல்,

உள ரீதியாகவும் பொருள் ரீதியாகவும் உதவுதல், அன்பளிப்புக்களை பரிமாறிக்கொள்ளல், நோயுற்றவர்களை தரிசித்தல், மரணித்தவர்களின் ஜனாஸாக்களில் கலந்துகொள்ளல், அவர்களுக்காக தொழுதல், ஸலாம் சொல்வதை அதிகப்படுத்தல் போன்றவற்றின் மூலம் உடைந்த உறவுகளை சீர்செய்து பலப்படுத்திக் கொண்டு வாழ்வதற்கு இந்த ரமழானில் உறுதி கொள்வோமாக.

04. நேர விரயத்தை தவிர்த்தல்:

ரமழானின் ஒவ்வொரு விநாடியும் முக்கியமானதாகும், அருள்கள் நிறைந்ததாகும். அதனால் நேர விரயத்தைத் தவிர்த்து கூடுதலான நன்மைகளைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு முயற்சிப்பது முக்கியமானதாகும்.

ஓய்வு, ஆரோக்கியம் அல்லாஹ்வின் இரு பெரும் அருட்கொடைகளாகும். அவை இரண்டும் ரமழானில் அதிகமாகவே கிடைக்கின்றன. அதனால் அவற்றை சிறப்பாகப் பயன்படுத்தி நரக விடுதலை பெற முயற்சிப்போமாக.

05. நல்ல விடயங்களை அடுத்தவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுத்தல்:

மனிதன் அடிப்படையில் நல்லவனாகவே இருக்கின்றான் ஆனால் அவன் பெரியவனாகும்போது பெரும்பாலும் தீயவனாக மாறிவிடுகின்றான் சிந்தனையிலும் நடத்தையிலும் தீமைகளே மலிந்து காணப்படுகின்றன. அவனது சூழல்

அவனைக் கட்டம் கட்டமாக தீமைகளின் பால் அழைத்துச் சென்று சகதியில் தள்ளிவிடுகின்றது.

இன்றைய இளையவர்கள் நன்மைகளை விடவும் அதிகம் தீமைகளையே கற்றுக்கொள்கின்றனர். சமூக வலைத்தளங்களின் பெருக்கம் தீயவற்றை பிரச்சாரம் செய்பவர்களின் அதிகரிப்பும், அவர்களின் ஈடுபாடும், தீய நோக்கங்களில் அமைந்த செயற்பாடுகளின் தாக்கம் என்பவற்றால் இச்சமூகத்தில் நன்மைகள் தீமைகளாகவும் தீமைகள் நன்மைகளாகவும் பார்க்கப்படும் நிலை உருவாகியுள்ளது. இதை மாற்றுவதாயின், நன்மைகள் அதிகம் பகிரப்படும் சூழல் உருவாக வேண்டும். நல்லவற்றைக் கற்றுக்கொடுப்போர் சமூகத்தில் சிறந்தவர்களாக மதிக்கப்பட வேண்டும். இதனால், நல்லவற்றைத் தெரிந்தவர்கள் தாழ்வுச் சிக்கல் மனோ நிலையிலிருந்து விடுபட்டு நல்லவற்றைப் பரப்புவதில் உத்வேகம் பெறவேண்டும். அதற்கு இந்த ரமழான் ஆரம்பமாக அமைய வேண்டும்.

ஒருவர் ஒரு நல்ல விடயத்தை அடுத்தவருக்கு கற்றுக்கொடுத்தால் அதை அவர் நடைமுறைப்படுத்தும் போது அவருக்கு கிடைக்கும் கூலி போல கூலியை அல்லாஹ் கற்றுக்கொடுத் தவருக்கும் வழங்குகின்றான், இதனால், நன்மைகளைக் கற்றுக்கொடுப்பவர்களே மரணித்தாலும் உயிர் வாழ்கிறார்கள், அவர்கள் அறியாமலேயே அவர்களது நன்மைப் பட்டோலைகள் அதிகரித்து கனதியாகின்றன.

06. சந்தர்ப்ப துஆக்களை ஓதுதல்:

இஸ்லாம் பரிபூரனமானதொரு மார்க்கமாகும் அதனால் நமது அன்றாட வாழ்கையை ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்ளும் முறைகளையும் அது தெளிவுபடுத்துகின்றது. எங்களது

நடவடிக்கைகளில் இறைவனின் உதவியும் அருளும் கிடைக்க வேண்டுமாயின் அவைகளைப் பின்பற்றுவது கடமையாகும்.

ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பத்திலும் அல்லாஹ்வின் அருளைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கும் தீங்கிலிருந்து பாதுகாக்கப் படுவதற்குமான துஆக்களை நபியவர்கள் கற்றுத் தந்துள்ளார்கள். அவற்றைப் பாடமிட்டு ஓதுவது எமது வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு கட்டங்களையும் வணக்கமாக மாற்றுவதுடன், உள அமைதியையும் சுகத்தையும் வழங்கி ஈருலக வாழ்க்கையும் சிறக்க உதவுகின்றது.

07. நோயாளிகளை தரிசித்தல், ஜனாஸாக்களில் கலந்து கொள்ளல்:

ஒரு முஸ்லிம் அடுத்த முஸ்லிமுக்கு செய்ய வேண்டிய கடமைகளில் அவன் நோயுற்றால் தரிசிப்பதும் அவனது நோய் குணமாகப் பிரார்த்திப்பதும் அவன் மரணித்தால் அவனது ஜனாஸா நல்லடக்கத்தில் கலந்துகொள்வதும் முக்கியமானதாகும்.

ரமழான் மாதம் அடுத்தவர்களின் துன்பங்களில் பங்குகொண்டு அவர்களுக்கு ஆறுதல் வழங்கும் மாதமாகையால் முடியுமான அளவு நோயாளிகளைத் தரிசிப்பதிலும் ஜனாஸாக்களில் கலந்துகொள்வதிலும் கவனம் செலுத்துதல் வேண்டும் அது அடுத்தவர்களின் பிரார்த்தனைகளை நமக்குப் பெற்றுத் தருவதோடு அதிக நன்மைகளையும் ஈட்டித்தருகின்றது.

ஒரு இறை விசுவாசியின் பாவங்கள் மன்னிக்கப் படுவதற்காகவே நோய்கள் போன்ற சோதனைகள் அல்லாஹ்வினால்

விடப்படுகின்றன. மேலும் பாவம் செய்தவர்களுக்கு நோய்கள் மாத்திரம் வருவதில்லை ஈமானின் உறுதியைப் பரீட்ச்சித்து சுவர்க்கத்தில் அந்தஸ்துக்களை உயர்த்தவும் நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. நோயாளிகளைத் தரிசித்து அவர்களுக்கு ஆறுதல் வார்த்தைகள் கூறி தேற்றுவதனால் அல்லாஹ் எமக்கு வரும் நோய்களிலிருந்து எம்மைப் பாதுகாக்கின்றான் அத்தோடு நமக்கு இருக்கும் நோய்களை மனது ஏற்றுக் கொள்ளவும் அது வழி வகுக்கின்றது.

நோயாளிகளை தரிசிக்கும்போது…

➢ நேரத்தை தேர்வு செய்தல்: நாம் விரும்பும் நேரம் அல்லாமல் நோயாளிக்கு பொருத்தமான நேரத்தில் செல்லல்.
➢ அதிக நேரம் தரித்திருப்பதைத் தவிர்த்து குறுகிய நேரத்தில் முடித்துக்கொள்ள முயற்சித்தல்.
➢ நோயாளியின் நிலையை கருத்தில் கொண்டு தனியாக அல்லது குடும்பத்துடன், நன்பர்களுடன் செல்லல்.
➢ பொருத்தமில்லாத பேச்சுக்களைத் தவிர்த்து நோயாளிக்கு நம்பிக்கையூட்டும் வார்த்தைகளைக் கூறுதல்.
➢ பொறுமையை ஞாபகமூட்டல். நிச்சயமாக அல்லாஹ் பொறுமையாளர்களுடன் இருக்கிறான். யாருடன் அல்லாஹ் இருந்தானோ அவர்கள் தோள்வியடைய மாட்டார்கள்.
➢ மஹ்ரம், அஜ்னபி சட்டத்தினைப் பேணல், பெண்களை ஆண்கள் தரிசிப்பதை முடிந்தளவு குறைத்தல், அவர்களது பிரத்தியேக இடங்களுக்குச் செல்லாதிருத்தல்.
➢ பிரார்த்தனை செய்யுமாறு வேண்டுதல், அவர்களின் நோய் குணமடைய நாமும் பிரார்த்தித்தல்.

أَذْهِبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءٌ لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

(அஸ்ஹிபில் ப.்.ஸ ரப்பந்நாஸ் வஷ்பி அன்தஷ்ஷாபி லா ஷிபாஎ இல்லா ஷிபாஉக ஷிபாஉன் லா யுகாதிரு ஸகமா)

11. தொளபா, இஸ்தி.்.பாரில் ஈடுபடுதல்:

ரமழான் பாவ மன்னிப்புக்குரிய மாதமாகும் அதை முடியுமான அளவு பெற்றுக்கொள்வது நமது பொறுப்பாகும். நபி (ஸல்) அவர்கள் ஒரு நாளைக்கு எழுபது, நூறு தடவைகள் அல்லாஹ்விடம் பாவ மன்னிப்புக் கோரக் கூடியவர்களாக இருந்தார்கள் என்றால் நாம் எவ்வளவு தூரம் அதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும் என்பது தெளிவாகின்றது.

ஓய்வான நேரங்களிலும் வேலைகளில் இருக்கும்போதும் அதிகமாக "அஸ்த.்.பிருல்லாஹ்" என்று சொல்வதை வழக்கமாக்கிக் கொள்வது மிகுந்த பயன் தருவதாகும். பாவ மன்னிப்புக் கோருபவர்களை அல்லாஹ் நேசிப்பதுடன் அவனது தண்டனையிலிருந்தும் அவர்களைப் பாதுகாக்கின்றான்.

தொளபா செய்வதின் (பாவ மன்னிப்புக் கோருவதின்) நிபந்தனைகள்.

- பாவத்தை விட்டும் விலகுதல்.
- அந்தப் பாவம் நடந்ததற்காக வருந்துதல்.
- குறித்த பாவத்தினை இனி செய்வதே இல்லை என உறுதியெடுத்துக்கொள்ளல்.

குறித்த பாவம் ஒரு அடியானுடன் தொடர்பட்டதாக இருப்பின் அவரிடம் மன்னிப்புக்கேட்டுக்கொள்வதும் முக்கியமான நிபந்தனையாகும்.

12. ஏனைய நல்ல விடயங்களில் அதிகம் ஈடுபடுதல்:

மேலே சுட்டிக்காட்டியவைகள் தவிர அதிகமான நல்ல காரியங்கள் உள்ளன. ஒரு முஸ்லிம் நல்ல காரியம் எதுவாக இருப்பினும் சிறியதாயினும் பெரியதாயினும் எதையும் குறைத்து மதிப்பிடாது அனைத்திலும் ஈடுபாடு காட்டவேண்டும். சிலபோது நாம் நினைக்கும் சிறிய விடயங்கள் இறைவனிடம் அதிக கூலியைப் பெற்றுத் தருவதாக இருக்கலாம்.

இஹ்லாஸும் நபியவர்கள் காட்டிய முறையையும் பின்பற்றி அனைத்து வணக்க வழிபாடுகளையும் வைத்துக் கொள்வதே வணக்கம் அங்கீகரிக்கப்படுவதற்கான நிபந்தனையாகும். ஒரு நாணயத்திற்கு இரண்டு பக்கங்களும் முறையாக இருக்க வேண்டும் என்பதைப் போலவே ஒன்றை வணக்கம் என்று ஏற்றுக் கொள்வதற்கு இவை இரண்டும் அவசியமாகின்றது. இவற்றில் ஒன்று இல்லாமல் போனாலும் குறித்த செயல் எவ்வளவு பெரியதாக இருப்பினும் மிகுந்த சிரமத்துடன் செய்யப்பட்டதாக இருப்பினும் அது வணக்கம் என்று ஏற்றுக் கொள்ளப்படுவதில்லை.